

● العدد ١٠٦
● نوفمبر ١٩٩٠

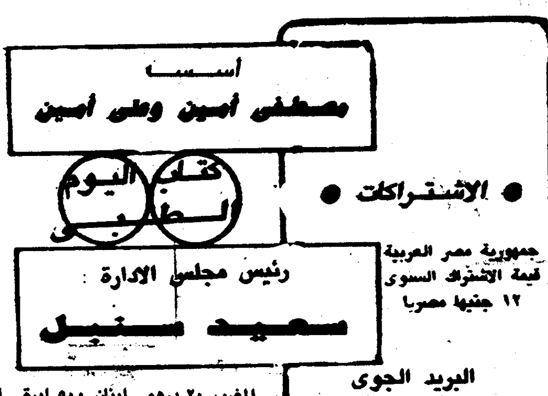


مشكلات نفسية

الدكتور :
عادل صادق
أستاذ الطب النفسي
بجامعة عين شمس

المشرف على التحرير :
دكتور
رفعت كمال

الجزء الثاني



● الاشتراكات ●

جمهورية مصر العربية
قيمة الاشتراك السنوى
١٢ جنيها مصريا

البريد الجوى

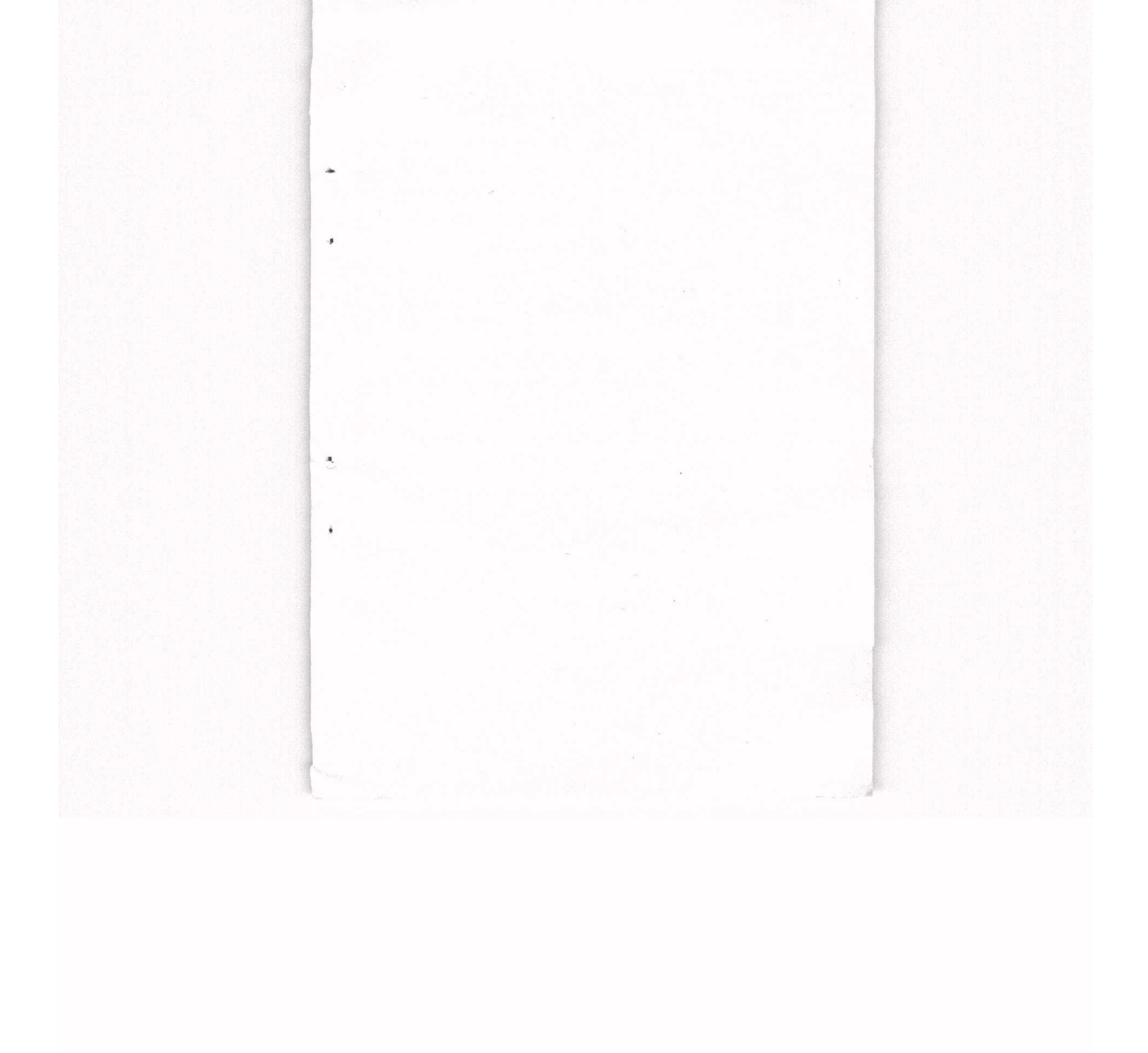
دول اتحاد البريد العربي والافريقي ١٥ دولارا امريكيا او ما يعادله
باقي دول العالم واوربا والامريكتين واسيا واستراليا ٢٠ دولارا امريكيا او ما يعادله

● ويمكن قبول نصف القيمة عن ستة شهور

● ترسل القيمة إلى الاشتراكات ٣ (١) ش الصحافة القاهرة
ت ٧٤٨٨٤٤ (٥ خطوط)

المغرب ٢٠ درهم ـ لبنان ٥٠٠ ليرة ـ الأردن ٧٥٠ فلس ـ العراق ١٥٠٠ فلس ـ الكويت ٧٠٠ فلس ـ السعودية ٧ ريال ـ السودان ١٥ جنيه سوداني ـ تونس ١٤٠٠ مليم ـ الجزائر ١٧٥٠ سنتيما ـ سوريا ١٤ ق . س ـ الحبشة ـ ٦٠٠ سنت ـ البحرين ٨٥٠ فلس ـ سلطنة عمان ٧٠٠ بيسه ـ غزة ١ دولار ـ اليمن ٨ ريالات ـ الصومال نيجيريا ٨٠ بنى ـ السنغال ٦٠ فرنك ـ الامارات ٨ درهم ـ قطر ٨ ريال ـ انجلترا ١٠٠ بنس ـ لندن ١,٢٥ جك ـ فرنسا ١٠ فرنك ـ المانيا ٥ مارك ـ ايطاليا ٢٠٠ ليرة ـ هولندا ٥ فلورين ـ سويسرا ٤ فرنك ـ اليونان ١٠٠ درخمة ـ النمسا ٤ شلن ـ الدانمارك ١٥ كرونة ـ السويد ١٥ كرونة ـ الهند ٣٥٠ سنتا ـ كندا امريكا ٣٠٠ سنت ـ البرازيل ٤٠٠ كريرو ـ نيويورك واشنطن ٣٥٠ سنتا ـ لوس انجلوس ٤٠٠ سنت ـ استراليا ٤٠٠ سنت .

الاشراف الفنى
خالد فرحات



مقدمة

عذاب .. والسبب الآخرون !

الجزء الثانى من الكتاب هو إمتداد عضوى للجزء الأول .. الجزءان لهما قلب واحد أمدهما بدماء تسرى فى شرايين تربط الكتابين معا .. الخط الأساسى هو أشكال من المعاناة تفوق أحيانا قدرة الانسان العادى على التحمل .. أى اننى أحكى عن ناس يتحملون فوق ما يتحمله أى إنسان .

وعموما يبدو أن حظ الانسان فى الحياة من الألم يفوق بكثير حظه من السعادة .. وقد تكون السعادة شيئا وهميا غير موجود ، وان ما نتصوره سعادة إنما هى اللحظات القليلة الخالية من الألم ..

وأتعس الناس هم الذين يعانون نفسيا .. وبعض أشكال المرض النفسى معروفة وشائعة كالقلق والاكتئاب ، وبعضها غريب ونادر وشاذ ، يظل المريض يخفيه سنوات وسنوات يتألم دون أن يشعر به أحد ويجاهد أن يخفى حالته الغريبة حتى عن أقرب الناس إليه .. فالأمر مخجل وغريب .. ومن يصدق !!

●● هذا هو ملحواه الجزء الأول من مشكلات نفسية .

●● اما الجزء الثانى فيتناول معاناة الأسوياء الذين يعايشون المرض .. والمرض قد يكون مختفيا غير ظاهر ، وهنا تكون المشكلة اعقد واصعب .. فانت تعايش وتتعامل مع إنسان يبدو ظاهريا انه سوى او هكذا يبدو فى اعين كل الناس ، إلا انك تعانى من سلوك وافكار غريبة تصدر عنه ولا تعرف كيف تتعامل معه .. حتى انت نفسك لا تصدق انه مريض ولكنك بكل تاكيد تشعر كم هو غريب .

●● وحظك غير الحسن قد يوقعك فى إنسان سيكوباتى .. صديق او زميل او جار او شقيق او ـ وياللتعاسة ـ شريك حياة .. إنسان بلا عواطف وبلا ضمير ، قاس ، عدوانى ، انانى ، وعن طريقه تعرف كيف تكره إنسانا ..

●● والحياة بلا حب لا حياة .. والحب هو الأب الشرعى للفن .. والفنان غريب .. وقد يقال عنه انه مجنون .. وهذا الكتاب يفحص هذه الحقيقة اى العلاقة بين الفن والجنون ..

●● ثم يمس هذا الكتاب قلبك مسا عنيفا من خلال ثلاثة مواضيع كتبتها بإحساس متقد .. وانا حين اكتب لابد من اربعة رفقاء .. مراجعى العلمية ، نجيب محفوظ ، ام كلثوم ، وعبد الوهاب .. بذلك ينشط العقل وتزداد ضربات القلب عددا وعنفا ..

كتبت لك عن إمراة عاشقة وعن الأنوثة الحقة وعن فراق الحبيب .. ولا اقول ان خيطا يربط بين هذه المواضيع الثلاثة ، بل اكاد اقول حقا انها موضوع واحد متصل .. إن شئت عنوانا له يكون « الحب » ●●

● ● ولا شيء يخفف عنا اعباء الحياة إلا الحب .. ولكن ما اندره في هذا الزمان .. ومن كان له حبيب فليحافظ عليه .. إن الثروة الحقيقة في هذا الزمان هي ان يخفق قلب من اجلك وان يخفق قلبك من اجل إنسان .. ولا متعة تعادل متعة لحظات من النعيم تقضيها بجوار من تحب تتسامران .. ورغم الام الشوق ، إلا ان فرحة اللقاء كفيلة بمحو كل الآلام والأحزان ..

● ● ولا يوجد ما هو اسوا من فقد الحبيب .. والموت شيء فظيع .. وكل انواع الاكتئاب تشفى إلا الاكتئاب الذى يصيب إنسانا حين يفقد حبيبه عن طريق الموت .. إن بقعة مرة تفترش القلب والعقل وتصبغ مرارتها كل شيء حتى آخر لحظة في العمر .. ولكن الحياة يجب ان تمضى .. والزمن لا ينتظر احدا .. ولهذا يجب علينا ان نستمر في السير حتى وإن اثقلت الأحزان صدورنا .. وعلينا ان نبعث الحماس في نفوسنا حتى نقدر على العمل .. ولا شيء يخفف من أحزان الفقد إلا العمل .. ومن قبل ذلك ومن بعده نلجا الى الله .. حبنا الأول والأكبر والأزلي ..

● ● ومن سبقنا ذهب اليه ، ونحن حتما سنلحقه ولا يبقى إلا وجه ربك ذو الجلال والاكرام .

● ● إذا وعيت حقيقة الحياة فسوف تتمسك بمن يحبونك وتحافظ عليهم وتسعد بالحياة بجانبهم وسيمتلىء قلبك سماحة ورقة وبساطة وودا وتواضعا وتضحية وإيثارا .. لن تشغل نفسك بعداوة او انتقام ، وستزهد في كل ما هو

مادى ولا تنظر الى ما عند غيرك .. ستشعر انك اغنى الأغنياء وملك الملوك يثير قلبك العامر بالحب ونفسك المشبعة بالسماحة والصفاء ..

● هذه محاولة متواضعة منى ، ومن خلال خبرة طويلة أن أقدم لك علاجا لبعض آلامك وأحزانك . وليس من دافع لى إلا : الحب ..

دكتـــــور

عـادل صـادق

٢٠ / ١٠ / ١٩٩٠

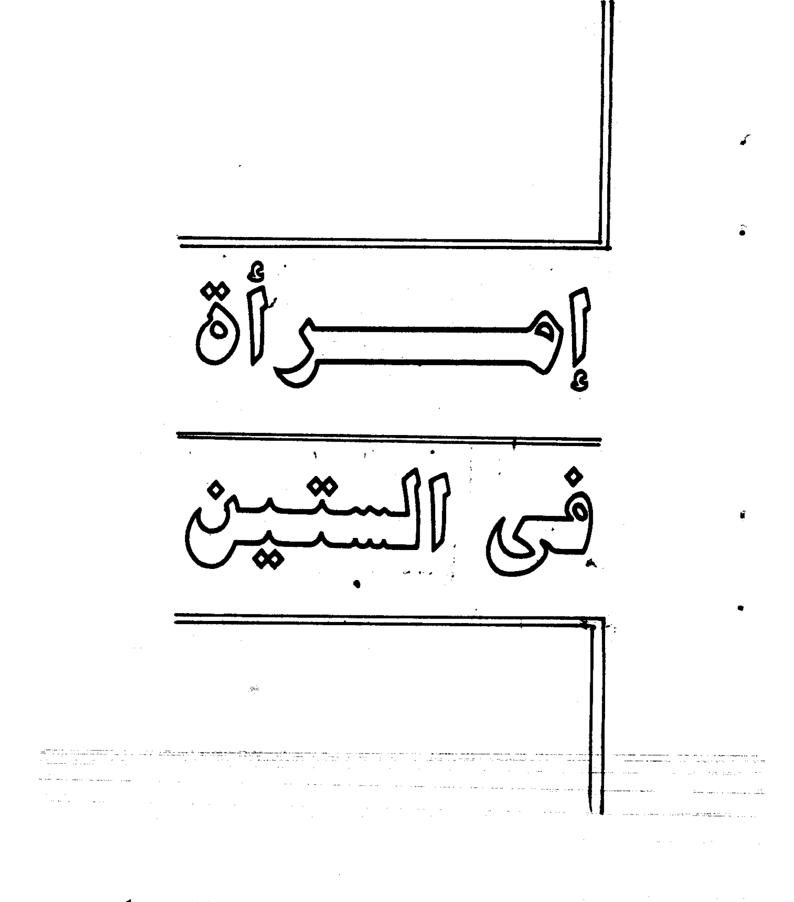
مؤلف هـذا الكتـاب



يتصادف ظهور الجزء الثانى من كتاب « مشكلات نفسية » للأستاذ الدكتور عادل صادق مع حصوله على جائزة الدولة فى تبسيط العلوم التى تقدمها اكاديمية البحث العلمي .. وهو تكريم يستحقه هذا الأستاذ الجامعى الذى استطاع ان يقدم لغير المتخصصين ثلاثة عشر كتابا عن الطب النفسى بلـغـة مبسطـة وواضحة .. وإذا جاز لنا ان نغير إسم الجائزة فإننا نستطيع ان نقول ان الأستاذ الدكتور عادل صادق يستحق بجدارة جائزة « تحبيب العلوم » لأنه جعل الناس تحب القراءة عن الطب النفسى .. وفوائد ذلك عديدة اهمها مساعدة الأسرة على الاكتشاف المبكر للمرض وسرعة العلاج .

● ● وثمة فائدة اخرى لكتب الأستاذ الدكتور عادل صادق العديدة وهو ان المريض النفسى واسرته عرفوا حقوقهم وواجباتهم .. اصبحوا يسألون الطبيب ويستوضحونه عن كل صغيرة وكبيرة .. وانتهى العهد الذى كان لا يتحدث فيه الطبيب لا مع المريض ولا مع أسرته وإنما يقرر من برجه العالى العلاج وعلى المريض واسرته التنفيذ والطاعة

دكتـور رفعـت كمـال


إمرأة
فى الستين



●● بعض زائرات العيادة النفسية فى الستين .. والشكاوى كثيرة ومتعددة : إكتئاب .. قلق .. مخاوف .. آلام فى الجسد .. ارق .. والغريب ان بعضهن ليس لديهن شكوى محددة .. وبالفحص الدقيق لا اجد مرضا محددا .. وبعد عدة زيارات استطيع ان اقترب اكثر واكثر ، وان اغوص فى أعماق تلك النفوس المُتْعَبَة الحائرة .. لا مرض ولكن هناك معاناة والم .. كم هى قاسية الحياة .. وكم هى قصيرة .. وكم هى قليلة تلك المتعة التى تمنينا بها .. وبعد الستين لا يتبقى إلا القليل .. ولكن العقل مازال واعيا متنبها متيقظا ومتصلا بالواقع .. والقلب مازال نابضا دافئا مليئا بالرغبات ، وكذلك الروح مازالت حية ومتلهفة للحظات مودة وصفاء ..

والآلة او الماكينة واقصد بها الجسد تكاد تكون منفصلة تماما عن العقل والقلب والروح ، وبعضهن لا يوجد تناسب بين اجسادهن ما تحتويه من عقل وقلب وروح وأحاسيس ومشاعر .. يتقدم الجسد فى العمر فقط .. ولكن يظل النبض القوى نبض الحب ينبعث من

الخلايا الحية وبالرغم من عمرها ..
وإمراة الستين تعرف تماما معنى نبض الحب ..
تعرف أنه نبض الحياة .. هى الخبرة والحس الذكى والمشاعر العميقة والفكر المتزن ..
● ● زادت التجاعيد وانتشر الشعر الأبيض ولكن بقى كل ما بداخلها على ما هو عليه بل أقوى وأجمل وأذكى .. ومن يقترب من داخلها فلن يرى تجاعيدها ولن يرى الشعر الأبيض .. ومن يلمسها سيشعر بحرارة النبض وقوته وإصراره .. ومن يقترب من روحها سيشعر بتوثبها وتلهفها .. ومن يقترب منها كإنسانة سيجد منها كل الخير ..
● ● ما أعظم عطاء إمرأة فى الستين ..
● ● وإذا كانت المرأة قد خلقت للعطاء .. وإذا كان دورها منذ صغرها هو العطاء .وإذا كانت رحلة حياتها عطاء فى عطاء ، فما بالك بامرأة الستين ..
إنها قمة العطاء .. إنها الثمرة الناضجة فى قمة شجرة الحياة المثمرة .. ثمرة شهية حلوة المذاق ناعمة الملمس لينة التكوين ..

● ● إمراة الستين وخاصة إذا كانت تعيش وحيدة لسبب ما فإنها تعانى بقسوة وضراوة ولذلك تزور العيادة النفسية لغير ما سبب واضح .. فقط تقول انا متعبة ..

● ● تجيء وتجلس امامى بتجاعيدها وشعرها الأبيض ونظراتها الحزينة ولا تتكلم .. ومن خبرتى الطويلة ابدا انا فى الكلام ويكون كل هدفى أن احرك عقلها وقلبها وروحها ، وان اتسرب الى داخلها لأرى فيها الانسان الحقيقى واطلع على جمالها الذى اصقلته وشذبته الأيام فتبهرنى صورتها الداخلية واصفها لها وادفعها لترى نفسها بعينها الداخلية .. لترى كم هى جميلة ورائعة ومضيئة ومبهرة ..

● ● إن عمر الجسد قد يكون محدودا، ولكن لا عمر لما بداخل الانسان من احاسيس وافكار ومشاعر .. لا عمر للقلب والعقل والروح ..

● ● إمراة الستين قد يداهمها الاكتئاب بسهولة .. قد تسقط منها معنوياتها فى قاع سحيق من الياس والأحزان .. قد تمتلىء عيونها بنظرات الانـزواء والانكسـار

والانسحاب .. وقد تحرك باستسلام وتتكلم بتسليم .

● ● ومن خلال خبرة طويلة لا اجد صعوبة فى إنتشالها لشاطىء الحياة .. انجح فى ذلك إذا استدرجتها لداخلها وجعلتها تحمل معها مرآة صادقها لتعكس إمكانياتها الحقيقية الغاية فى الابداع والكمال والتى لم تصل اليها إلا حين وصلت الستين ..

● ● حقيقة أن الصغيرات جميلات ، ناضرات الوجه مشدودات الجلد متوجات بشعور فاصمة السواد ، ولكن المرآة الداخلية تعكس جمالا اقل ، وقدرات اقل ، وعطاء محدودا ، ونبضا اضعف ، وروحا سريعة السأم وعقلا تحركه الأفعال ولا يحركها .. وبشكل عام فإن تلك المرآة الداخلية تعكس إبداعا أقل ..

● ● وما اروع حب إمرأة الستين .. إنه مثل جوهرة ثمينة صافية تعكس ضياء يكشف قيمتها ..

● ● إمرأة الستين حيت تحب تسخو من ذاتها ، تمنح دون أن تتوقع الأخذ ، إنها تنفق

من صميم ذاتها .. الحب لديها فضيلة ، والمحبة جوهر الارادة الخيرة ، والنية الطيبة والضمير الحي .. الحب عندها من مكارم الأخلاق .. من صفح ومغفرة وتسامح وعطاء وتخفيف لآلام البشر وإدخال السعادة لقلوبهم ..

● حب إمرأة الستين هو حب يكشف عن أسرار الجمال الحقيقية فى الحياة ، إذ يتيح لها ولمن تحب الفرصة للتامل فى الماضى والحاضر والمستقبل ، والتامل فى الباطن والظاهر ، والتحليق فى السموات السبع والغوص فى أعماق البحار وما تحت الأرض .. أى الاحاطة الشاملة بالسماء والأرض والبحار والفهم للمعنى الحقيقى لوجود الانسان صنع الله ، ولوجود الكون إبداع الله ..

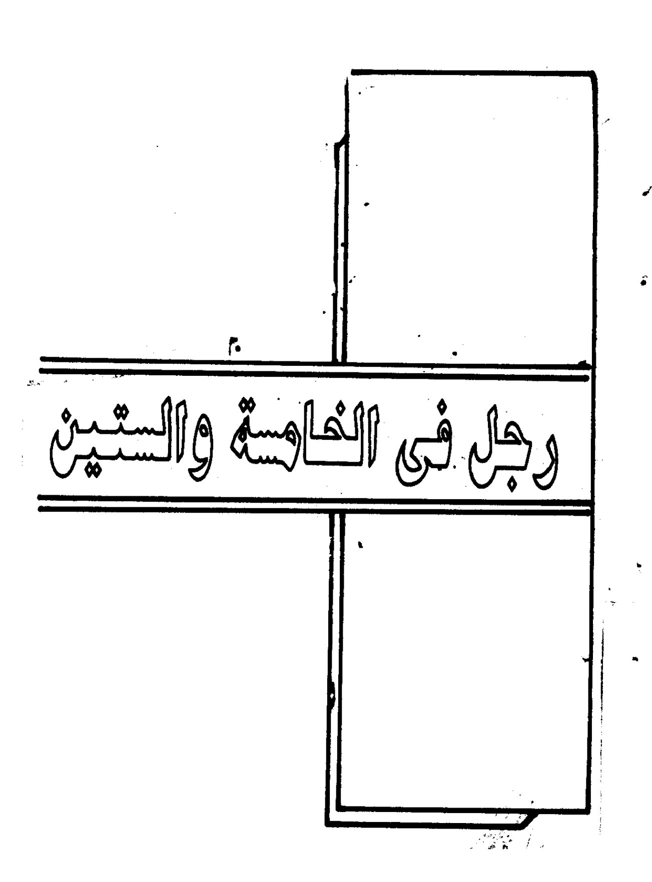
● إمرأة الستين حين تحب تكون أكثر اقترابا من خالقها بإحساسها بنعمته المباشرة عليها حيث اضاء داخلها وكشف لهاعن كنوزها وأعطاها مفتاح الحياة لتستمتع باجمل ثرواتها وهى العواطف المقرونة بنضج عقلى يجعل

لكل شيء مذاقا رائعا يجلب المتعة والسعادة ..

● ● إمراة الستين حين تحب تشعر بالحياة اكثر ، وتشعر بالحبيب اكثر ، وتشعر بقدراتها الحقة اكثر ، وتحول كل ثانية الى ابداع فى كل شيء ، وهى تفكر وهى تتكلم ، وهى تنفعل وهى تسلك .. واعظم لحظات الابداع حين تلتقى بالحبيب .

● ● وهذه التغيرات الجمالية تطرا على المراة تدريجيا ابتداء من سن الأربعين .. وتنضج وتزداد حلاوة وجمالا كلما مضت السنوات وتصبح كالملكة المتوجة وهى فى الستين .. ويستمر بعد ذلك جمالها وعطاؤها وإبداعها بدون توقف وبدون تقهقر .. وليس مهما متى سينتهى العمر بعد ذلك ، لأن كل دقيقة تساوى عمرا باكمله .. ومن يحب لا يقيس العمر بالدقائق والساعات ولكن يقيسه بشيء واحد : الوقت الذى عاش فيه فى حضن الطهارة .. الوقت الذى قضاه بجوار حبيبة .. الوقت الذى تطلع فيه الى وجه حبيبه .. الوقت الى غاص فيه داخل حبيبه .. عمرى هو حبى وحبى هو عمرى .. ولا إبداعا حقيقيا فى الحياة إلا بالحب .. وما اروع حب إمراة فى الستين .. وبذلك لا يكون لها مكان فى العيادة النفسية ..

● ● ●



رجل فى الخامسة والستين

● ● الجمال الحقيقى للرجل فى حكمته العميقة وطيبة قلبه .. وقوة الرجل الحقيقية فى علمه وصلابة إرادته .. وسحره الأخاذ فى إبداعه ورؤياه الثاقبة ● ●

● ● وإذا كان جمال المراة يبدا فى الاكتمال والتاثير الحقيقى من سن الأربعين ،فإن جمال الرجل يبدأ من سن الخمسين ويزدهر فى الستين ويستمر علوا وارتفاعا بلا حدود حتى ينتهى الجسد .. ولولا إنتهاء الجسد سواء بالنسبة للمراة او الرجل لوصل الجمال الانسانى الى حدود لا نهائيـة وصور لا نستطيـع تخيلها وامكـانيات هـائلة يصعب تصورها .. وسبحان الله ان جعل للجسد نهاية حتى يكون هناك حدود ينتهى عندما جمال الانسان ..

● ● الانسان هو العقل .. هو القلب .. هو الروح (وإن شئت رتبهم كيف تشاء) ..

● ● وعلى عكس الجسد الذى يضمحل كلما تقدم بالانسان العمر ، فإن العقل والقلب والروح تزداد قوة وجمالا ونضجا وازدهارا الى حد الابهار وربما الاعجاز على مستوى البشر ..

● ● واخيب طريقة فى ظنى لقياس عمر الانسان

هو أن نقيسه بطريقة مجردة بعدد السنين التى تمر .. وهذا قياس سطحى ينم عن عدم فهم حقيقى لقيمة الانسان ودوره على الأرض والذى خلقه الله من اجله .. فالانسان خليفة الله فى الأرض أوجده فيها ليعمرها ومنحه اغلى شيء وهو العقل ليفكر واعطاه القلب ليحب به .. واعطاه الروح ليعيش بها .. والجسد هو الاناء .. والشكل الخارجى للاناء لا ينم عما بداخله .. ولتعرف انسانا على حقيقته .. اخترق عقله .. انفذ الى قلبه ، تلمس روحه .. وإذا اردت أن تعرف قدر إنسان وأن تزنه فعليك بالثالوث العقل والقلب والروح .. وإذا اردت ان تقيس عمر الانسان فلا تقيسه بعمر الاناء (الجسد) ولكن المقياس الحقيقى يجب أن يكون مقياسا كيفيا .: اى قياس امكانيات الثالوث وقدر عطائه وتفاعله مع الحياة ..

إذا تساوى العمر الزمنى لفيلسوف ولمزارع فعاش كل منهما مائة عام فإننا يجب أن نعرف كيف عاش كل منهما تلك المائة عام ، ماذا أعطى ، كيف سعد وشقى ، كيف احب ومن احب ، ماذا قرأ وماذا سمع وأين سافر .. كيف كانت رحلة العقل .. كيف كانت قصة القلب .. كيف كان تجاوب الروح .. إننا لا نبحث فى عدد السنوات ولكن نبحث فى ثراء

السنوات .. والثراء يزداد كلما تقدم العمر الزمنى .. فثراء رجل فى الستين اكثر بكثير من ثراء رجل فى الأربعين .. ودقيقة من عمر رجل فى الستين تساوى شهرا من عمر رجل فى الأربعين .. ومرة اخرى سبحان الذى جعل للعمر وللجسد نهاية وإلا بلغ العقل افاقا غير محدودة ..

فى كل لحظة تمر بنا نفكر .. نشعر .. ندرك .. ننفعل .. نسلك .. ولذا فكل لحظة لها معنى .. لها مضمون .. لها هدف .. كل لحظة لها ما يميزها .. وبعض هذه اللحظات تسجلها الذاكرة .. وقد تسجلها الأوراق .. وقد يسجلها التاريخ .. وبعض هذه اللحظات يضيع هباء منثورا كأنها لم تكن ..

● ● هذا هو الفرق بين إنسان وإنسان .. فهناك إنسان لحظاته لها مضمون عميق فكرا وعاطفة وإدراكا وسلوكا .. ومثل هذا الانسان تحب أن تعيش معه لحظاته لأنك تشعر بمتعة ثرية لها طعم وحلاوة وإثارة لمناطق اللذة فى العقل والقلب والروح .. وهناك إنسان آخر تجلس معه ساعات فتشعر بأنها ساعات ميتة تسقط من عمر الزمان والذاكرة ..

● ● والمفكر له عقل من ذهب ، وقلب من الماظ وروح من حرير .. وتلك تشبيهات قد تكون قاصرة عن

أن تنقل معنى ثراء عقل وقلب وروح المفكر .. والمفكر هو خالق الأفكار الجديدة التى تفسر ما يعرض لحياة البشر .. المفكر و « دينامو » المعانى الذى يفك الرموز فيصبح لها معنى مفهوم نقراه ونستشف منه رؤيا للمستقبل ..

● ● وهناك ايضا ثراء فى الوجدان أى فى القلب فيحب كل شىء فى الانسان ويتعاطف مع الضعيف والغريب والمريض والمسكين ..

● ● ومحظوظة تلك المراة التى يحبها .. فلحظاته معها دائما نابضة فياضة سخية فيها إحتواء وحنان وإرتواء وإشباع .. فيها دفء وطمانينة وسلام وامان واكتمال .. لحظات هى متعة للعقل والقلب والروح وأيضا للجسد الذى يطرب ويهتز حيت تتحرك مكونات ثالوث العقل والقلب والروح ..

الجسد هنا لا يتحرك بقوانين المادة والتى تحرك اجساد بقية المخلوقات ، ولكنه يتحرك بقوى أعظم ، فتكون المتعة فى قمتها والسعادة فى ذروتها .. إنها ذروة مستمرة لامراة محظوظة إرتبطت برجل جماله الحقيقى فى حكمته العميقة وطيبة قلبه ، وقوته

الحقيقية فى علمه وصلابة إرادته ، وسحره الأخاذ فى إبداعه ورؤياه الثاقبة ..

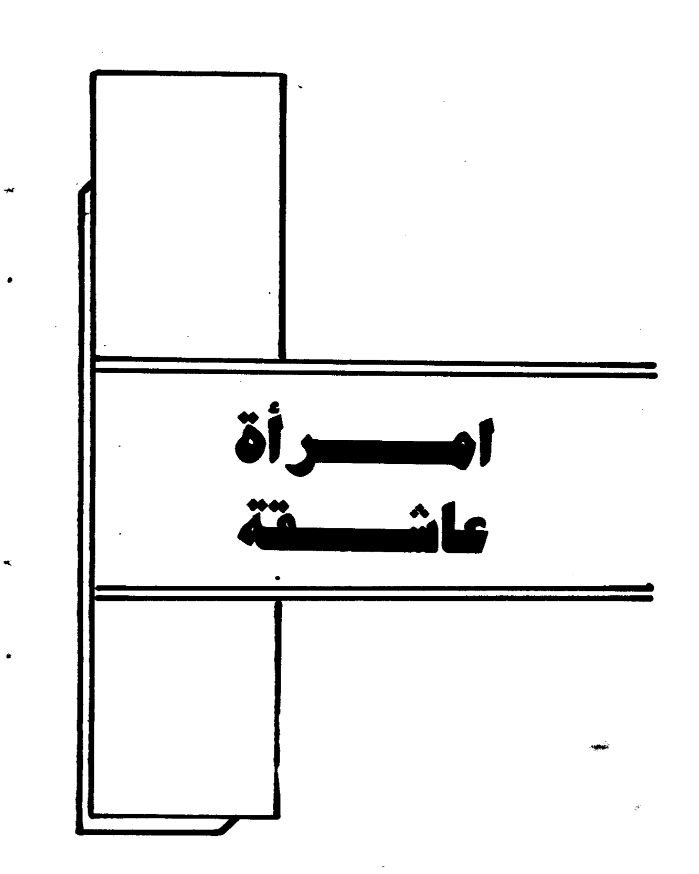
ولذا فإن الاكتئاب حين يصيب الرجل بعد الستين يجب أن نتعامل معه بطريقة مختلفة .. اى لا يكون اهتمامنا منصبا فقط على العقاقير ..

● ● إكتئاب ما بعد الستين علاجه الحب بكل معانيه .. حب الحياة .. أن يكون احد مصادر العطاء أو احد مصادر الابداع .. أن يرتبط بصديق .. وان يرتبط بإنسان يستطيع ان يستخرج كنوز قلبه من العطاء الحنون ..

الحب معناه بعث الحياة فى العقل والقلب والروح فيدب النشاط والحيوية فى الجسد .. والخروج من الاكتئاب ، الخروج من ظلام ليل دامس إلى نور الفجر المغبش بالندى الطرى والطروب بالعصافير الفرحة والذى يحمل الى الأذان نداء مباركا بالصلاة والعمل .. هكذا يخرج الاكتئاب من الانسان ..

● ● وصدقونى : العــلاج هـو الحـب ..

● ● ●


امرأة
عاشقة

هلت ليالى القمر ، والاسكندرية ليس كمثلها مدينة ، وسان جوفانى يحتل موقعا فى القلب ، والبحر شاهد على الحب والخالد ، احبته كما لم تحب شيئا فى الوجود ، عشقا بشريا ولكنه هز الكون لانه خرج عن كل منظومات العشق التى الفها الكون منذ ان وجد .. بدأ صغيرا فى لحظة .. نظرة ايقظت الروح ، ولمسة ابهجت القلب ، وهمسة اشجت الخلايا .. انت حبيبى .. الآن ومن قبل ومن بعد .. وطوت فى ثنايا احشائها جنينا تكون فى لحظة عابرة طائشة من حيوان وبويضة وطارت بعيدا تغذيه بكل كيانها .. ومن كل قطرة من دمائها .. إعتصرت خلاياها من اجله .. حَوَّمت روحها فى ارجاء السموات والأرض تغنى بكلمات لم تعرفها من قبل وبلحن لم تسمعه من قبل ، فعرف كل من سمعها ان قصة حب غريبة تتخلق لم يسمع احد بمثلها ..

● ● ونما الجنين واكتمل وخرج الى الوجود جميلا رائعا إسمه الحب الرائع ليس كمثله حب .. وفرح النيل والطين والنبات منظومه الحب والنماء والخير .. وفرح الليل والهواء والقمر منظومه العشق والفن والشجن .. وفرحت السماء لأن حبا قد ولد باتساعها .. وفرح البحر لأن حبا قد ولد بامتداده .. وفرحت الطيور لأن حبا قد ولد بمثل براعتها ، وفرحت الورود لأن حبا قد ولد بمثل وداعتها ..

● ● اما قلبها فقد جمع كل فرح النيل والطين والنبات والليل والهواء والقمر والسماء والبحر والطيور والورود ..

● ● ما اعجبها من إمراة عاشقة .

● ● وامتدت الجذور فى الأرض الطيبة .. وعلت الفروع لتعانق النجوم فى السماء مزدهرة مزهوة .. صابرة صلبة مثابرة .. لم تهتز ولم تهن ولم تضعف ..

● ● ساعات الانتظار أمل .. لحظات اللقاء فرحة ..

● ● ايام الفراق ألم ..

وما اطول ساعات الانتظار وايام الفراق وما اقصر لحظات اللقاء .. ولكن اللحظة كانت تساوى العمر كله .. تدفع عمرها من أجل لحظة يدنو فيها الحبيب ويقترب .. كان اللقاء يبعث فيها الحياة وكان الفراق يسحب منها الحياة ولذا كانت تقاوم الفراق كغريق يقاوم الموت ..

● ● ما اعجبها من إمراة عاشقة ..

ظلت ترعى شجرة الحب الخالد سنوات وسنوات بلا كلل .. بلا تعب .. بلا ملل ..

● ● وكم تالمت لان احدا - حتى الحبيب ذاته - لم يدرك عمق المشاعر .. لم يستطع احد ان يدرك ذلك لأن احدا لم يعلم ولم يسمع بمثل هذا الحب من قبل .. لم يعش احد مثل هذه التجربة .. ولذا لم يكن احد يصدق .. أو كان يرى ويعجب ويندهش ..

● ● وانطوت على نفسها تحمل حبها فى صدرها وتسعى للحظات اللقاء وترتوى برحيق هناء القرب ثم تظما بشقاء البعد ثم تتلظى لجحيم الشوق ..

● ● ما اعجبها من إمراة عاشقة ..

● ● ايام تشكل فى مجموعها سنوات شقاء .. وساعات

تشكل في مجموعها أياما لم تتصور أن الجنة ستمدها بمثلها .. لم تكن تتمنى أكثر من أن تكون بجانبه .. تراه .. تسمعه .. تتحسس أنفاسه ..

● ● لم يكن انبهارا .. لم يكن اعجابا .. بل كان حبا يحمل المعنى الحقيقي لما يضفيه الحب على الحياة .. الحب مصدر الحياة .. وحبها كان مصدر حياتها .. لأنها تغلغلت في داخل حبيبها فاستمدت من روحه حياتها .. وروحه هي تكوينه النفسي الانساني الاخلاقي .. وحين اقتربت ودنت وغاصت في روحه ادركت جمالا إنسانيا أخاذا بعث فيها حياة جديدة .. كان هذا بالنسبة لها إدراكا جديدا .. وعيا جديدا .. رؤية جديدة .. وعت معنى وضرورة الحب .. الحب كما لم تعرفه من قبل وكما لم يعرفه إلا القليلون جدا .. وفي هذا الحب تتشابك الأرواح مثل تشابك البويضة بالحيوان المنوي .. إلتحاما إلهيا يتخلق منه كائن تمتزج فيها مكونات البويضة والحيوان .. انصهارا وتكاثرا وتناسقا ثم اكتمال وميلاد وحياة ..

● ● يالها من إمرأة عاشقة .. لقد اخذت هي من روحه واحتوته في أحشائها وتولت هي بدون مساعدة منه رعاية جنينها بدون علمه حتى اكتمل وولد حبا رائعا ربما لم تشهد الدنيا مثله من قبل ..

● ● ومنذ أن احبت أصبح لحياتها معنى .. بل أصبح لاستمرار حياتها مبرر .. وحين تستيقظ في الصباح وقبل أن تفتح عينيها تتذكره فتدب الحياة في جسدها فتنهض ليومها فالحياة تستحق أن تحياها لأن حبيبها موجود ..

● ● وفي كل لحظة من يومها يظل محتلا بؤرة الاهتمام ومركز الوعي فيدور كل شيء في حياتها حوله يمدها بالمعنى وبالحس وبالأمل .. وحين تحيط بها آلام الحياة تستجمع حبيبها في قلبها فتقاوم به الاحزان والآلام .. فطالما ان حبيبي موجود فلا جراح تؤلمني ولا احـزان تكويني ولا ظلم يقهرني .. لا شيء .. لا شيء .. لا شيء يهم طالما انه موجود حتى وإن كان بعيدا بعيدا .. فهو قريب في القلب والعقل والدم .. إنني أراه واسمعه والمسه واشمه في كل شيء فاصبح هو كل شيء .. استمد منه شجاعتي وقوتي وصبري وفرحتي .. استمد منه قدرتي على رؤية الأشياء الجميلة في الحياة .. واحب كل شيء في الحياة الورود ثم الألحان ثم الكلمات .. ثم الأماكن التي راتها عيناه واحبها فؤاده واستهوت مزاجه .. ثم من احبهم من الناس .. احب ما يحبه .. ويشغلني ما يشغله .. ولحظة بجانبه تساوي العمر .

وإذا سالتموني عن الحب اقول هو عمري ، وإذا سالتموني عن عمري اقول هو حبي .. والعمر يقاس بالحب .. والعمر هو سنوات الحب .. وأنا أحببته سنوات طويلة من عمري .. سنوات وسنوات .. وزهرات حبي طاولت السماء ولامست النجوم واسالوا كل نجمة من نجوم الكون تحكي قصة حبي ، فلقد وشيت لهن جميعا بحبي .. وانا لا اقول شعرا او ارسم خيالا بل اقر واقعا ، فلقد ظللت ليالي طويلة شكلت سنوات وسنوات احاكي النجوم والقمر والورود والنيل والبحر .. إنها

جميعا تعرف قصة حبى .. ولم تعجب تلك المخلوقات لقصتى فهن كائنات خلقها الله حبا وللحب .. فهى تدرك معنى أن يحب إنسان إنسانا .. وهى تستطيع بطهرها وبراءتها أن تدرك الحب الحقيقى الذى تمتزج فيه روح إنسان بروح إنسان آخر ..

● ● ولماذا حبى هو حياتى .. ؟

لأنه يمنحنى الأمان والسلام .. يمنحنى المودةوالحنان .. يمنحنى الطمأنينة والخير .. يمنحنى الصدق والوفاء .. يمنحنى الأمل والفرحة .. يمنحنى النشوة واللذة .. يمنحنى القوة والشجاعة .. لأنه النور والجمال والابداع .. لأنه الكلمة واللحن والفكرة والمبدأ .. لأنه .. لأنه كل شىء .. كل شىء .. كل شىء فى هذه الدنيا هو حبى .. هو حبيبى ..

● ● وانا لا احبه فقط بل انا عاشقة له متيمة به .. وهذا ايقظ ذاتيتى كانثى ، أى جعلنى اشعر بكيانى السوى الذى خلقنى الله عليه فرأيت حبيبى مليكى الذى اتفانى فى إسعاده وإرضائه ليس عبودية ولكن سلوكا فطريا غريزيا خلقنا الله عليه وهيانا له ليتحاب رجل وإمرأة ، وإذا أنعم عليهما تحول الحب عشقا وهياما فذابت المرأة واتحدت بحبيبها وصارت جزءا منه تنعم بروحه ، وصار جزءا منها تحتويه فى دمائها ترعاه وتحرسه وتكرمه ويصبح اللقاء ليس بين جسدين بل بين خلايا اتحدت ودماء امتزجت وروحين اتحدتا .. ولهذا فانا حين اقول أن حبيبى هو مليكى ذلك لأنى اشعر بأنه يحتوينى وانا احتويه ، ومن يحتوينى فهو مليكى ومن يحتويه فهو إبنى ..

● ● إذن انت يا حبيبى مليكى وإبنى .. انت دمى وكل قطعة من جسمى .. انت روحى ووجدانى وحياتى .. إذا انسحبت من حياتى اموت .. وإذا اقتربت منى تعود إلى الحياة .. حياة مليئة بالفرحة والبهجة والنشوة والسرور واللذة ..

● ● اقول لكم ما هو اغرب من ذلك : إذا كان هناك جزء من جسدى يتالم ووضع حبيبى يده عليه شفى المى ..

● ● اقول لكم ما هو اغرب من ذلك : اريد ان اخفيه عن كل الناس فلا تراه عين غيرى ..

● ● اقول لكم ما هو اغرب من ذلك : اشعر به من على بعد او إذا لامست شيئا من اشيائه ..

● ● اقول لكم ما هو اغرب من ذلك : بعد ان عرفته اصبحت ملامح كل الرجال مطموسة فى عينى .. لا ارى رجلا فى الدنيا غيره ..

● ● اقول لكم ما هو اغرب من ذلك : إن انفاسى تخلص لهذا الرجل ..

● ● ولكن لا اخفى عليكم ان عذابى يفوق عذاب كل البشر .. لأن لا احد يحب مثلى .. يعذبنى الشوق .. ويعذبنى الفراق .. ويعذبنى الخوف من المستقبل .. يعذبنى خوف الفقد .. ارتعب بؤسا وحزنا إذا خطر ببالى ان يبتعد .. تطمئننى كلماته وضغط اصابعه التى توشوش بالوفاء ولين الكلام وفرط الأدب .. إن حبه شىء عجب ، فاقول لنفسى الديه إن حفظ الهوى او ضيعه ..

● ● وهو لن يضيعنى .. لن يستطيع ان يهرب من سنوات عمره .. لن يستطيع ان يهرب من القمر والنجوم والنيل والبحر .. كل وردة جميلة ستقع عليها عيناه سيرى وجهى مطلا من داخلها منادبا يا حبيبى .. كل الأغانى .. كل الشوارع .. كل كلمات الحب .. عطورى .. لفتاتى .. حكاياتى المسلية .. ضحكاتى .. لحظات غضبى .. إبتعادى المصطنع ثم إنهيارى وإقبالى طالبة الغفران .. تعلقى برقبته حين يغادر .. اوراقه الصغيرة التى بثتها مشاعره فى كل وداع .. العيش والملح .. ام كلثوم وعبد الوهاب ونجيب محفوظ ..

● ● اين ستذهب منى واين ساذهب منك ..

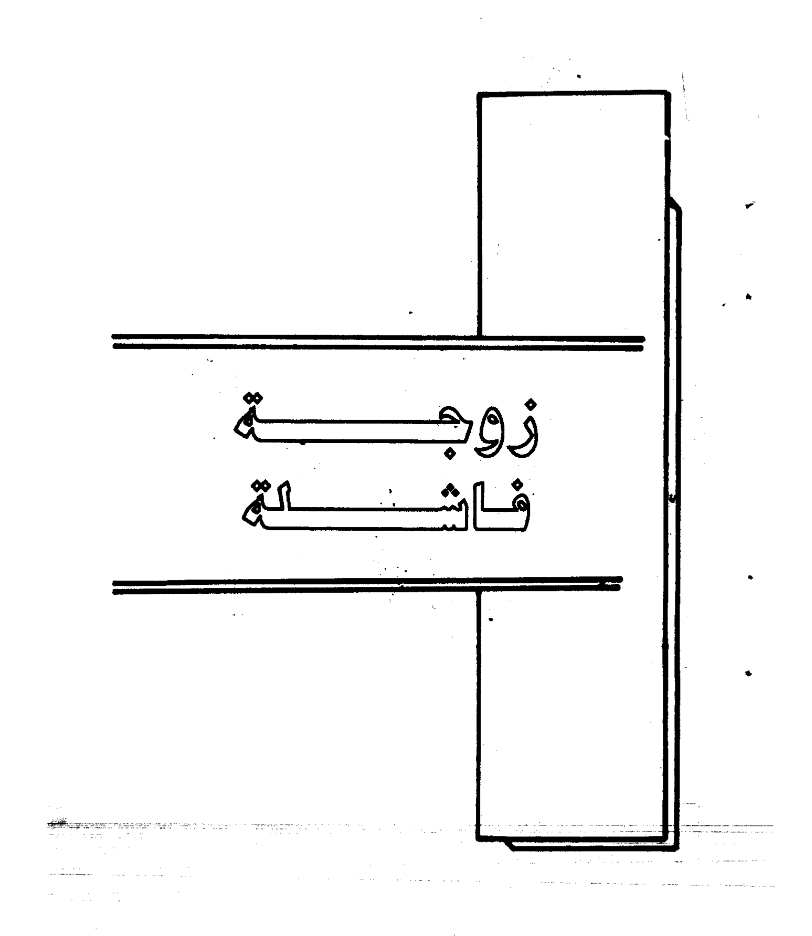
● ● ستموت بدونى وساموت بدونك ..

● ● احبك ..

● ● انت حبيبى الأول والأخير ..

● ● إنها اعجب قصة لامراة عاشقة ..

●●●


زوجة
فاشلة

●● ليست كل امراة تصلح ان تكون زوجة .. وليست كل زوجة انثى .. والمراة الانثى هى التى تستطيع ان تؤدى دور الزوجة بنجاح .. وإذا إفتقدت المراة للأنوثة فإنها ستكون زوجة فاشلة .. وهناك درجات من النجاح ودرجات من الفشل حسب حجم الأنوثة فى كل إمراة ..

●● والزواج نظام إلهى غريزى فطرى يجمع بين الذكر والأنثى فى علاقة مستديمة تحقق إرضاء وإشباعا نفسيا وجسديا ويعمر من خلالها الكون .. وكل طرف - اى الذكر والأنثى - له دور يؤديه فى هذه العلاقة .. دور حدده الخالق على المستوى البيولوجى وعلى المستوى النفسى ..

●● والاختلاف البيولوجى يعنى تركيبة فسيولوجية تشريحية هورمونية مختلفة لكل منهما تجعل الرجل فى النهاية يفرز حيوانا منويا يلتقى مع بويضة تطلقها المراة .. هذا اللقاء يحدث داخل المراة ويستوعبه الرحم ويفرزه فى النهاية إنسانا ..

وهذه التركيبة الثنائية - أى وجود جنسين - موجودة فى كل الكائنات الحية من نبات وحيوان وإنسان ، وهذا يختلف عن الانقسام التلقائى للخلايا الذى لايهدف الى خلق كائن وظيفى متميز ..

● ● وای امراة لها رحم ومبيض وغدد تفرز هورمونات معينة تستطيع ان تؤدى هذا الدور التكاثرى إذا منحها الرجل حيوانه المنوى بطريقة مباشرة او بطريقة غير مباشرة بالأساليب الحديثة .. اى حتى عملية التكاثر قد لا تحتاج حديثا إلتقاء رجل بإمراة ..

● ● الأنوثة امر مختلف .. الأنوثة تركيبة نفسية معينة تخلق استعدادا وامكانيات لأداء دور الزوجة وتحدد شكل علاقتها بالرجل ..

● ● الأنوثة هى الميل الفطرى الغريزى لرجل والرغبة فى الاستمرار فى الحياة معه فى إطار الزواج .. وفى هذا تلقائية مطلقة فى المشاعر والسلوك .. انوثتها تخلق لديها مشاعر الحب تجاه هذا الرجل ، وتلك نقطة البداية وهى نقطة جوهرية .. فاى انثى لابد ان تحب رجلها .. والقدرة على الحب مرتبطة بـالأنوثـة .. وغير الأنثى لا تستطيع ان تحب .. وحب الأنثى معناه التوحد والذوبان فى الرجل .. وهو توحد وذوبان كاملان ، فتشعر ان كيانها اصبح جزءا من كيانه .

وكما قلنا فتلك حركة طبيعية تلقائية لا تسعى او تخطط لها الأنثى بوعى وإنما تجد ذاتها تميل وتتجه ثم تذوب وتتحد مع رجل تحبه وتعيش معه

ولا تشعر فى ذلك باى إنتقاص لذاتها او ضياع لهويتها او افتقاد لتفردها .

وهنا يبرز الفرق بين الأنثى المكتملة والأنثى المنقوصة اى التى تفتقد لبعض انوثتها واحيانا لكل انوثتها .. الأنثى المكتملة تشعر بالارضاء والاكتمال بذوبانها فيمن تحب . اما المنقوصة فإنها تابى هذا الذوبان او لا تسمح به إلا بقدر .. بحيث تحتفظ فى النهاية بمسافة تفصلها عن الرجل وتبغى حرية فى الحركة والاستقلال والانفصال والتفرد .. وهذا يخلق لديها مشاعر الندية .. والندية تدفعها للنضال وللمنافسة والتفوق . ومن هنا ينشا الصراع لأنه حقيقة ليس هناك مجال للمنافسة .. تضع المراة نفسها فى مازق حرج تشعر فيه بالاحباط والعداء وتصبح فى حالة مستمرة من التحفز وتصبح حساسة بشكل مرضى لذاتها وكيانها كإمراة .. تظن وهما ان ذوبانها خضوع ، وتوحدها عبودية ، وانتماءها إلغاء لكيانها وشخصيتها .. ومثل هذه المراة إما ان ترفض الزواج .. وإما إذا تزوجت فهى بلا شك ستصبح زوجة فاشلة .. وملامح الفشل تحوم حولها منذ البداية .

فالرجل اى الزوج يشعر بانه يفتقد شيئا معينا قد لا يستطيع تحديده فى البداية .. قد يشعر بان هناك

حاجزا ، جدارا ، هوة ، مسافة .. يشعر بان أمرا ما يفصله عنها .. يبعده عنها .. اى كلما حركته تلقائية وهياته وفتحت مسامه لاستيعابها واحتوائها فى داخله وإذابتها فى نسيجه يشعر باشواك حادة تؤذيه وتجعله ينكمش وينغلق داخله وتفسد مسامه .. وفى هذه الحالة يصبح الحب مستحيلا .. ويصبح الاستمرار مؤلما .. ولكن فى كثير من الأحوال تستمر الحياة .. ولكن اى حياة !! حياة جافة باردة جامدة تفتقد للبساطة والتلقائية .. يكون الود محدودا ، والائتناس قليلا والألفة شحيحة ، والكلام نادرا ، والمشاركة لا تكون إلا فى ضروريات استمرار الحياة ..

● ● واستمرار الحياة يكون عادة بفضل رجل يقنع بهذا الشكل من الحياة ، أو رجل يتردد كثيرا فى التغيير واتخاذ القرار ، أو رجل هو ذاته محدود فى قدراته على العطاء .. أو قد تتدخل عوامل اجتماعية اخرى تجعل استمرار الحياة بصورتها غير المرضية امرا لا مفر منه .. واحد عوامل استمرار مثل هذه الحياة الجافة مجيء اطفال ..

● ● واهتمامات مثل هذه الأنثى المنقوصة تكون خارج البيت .. اما الأنثى المكتملة فبيتها هو محور

حياتها ، وزوجها حبيبها هو محور وجودها بل هو وجودها الذى ذابت فيه ويكون لديها الشعور الكامل بمسئولية العناية بمملكتها .. ليست العناية المادية ولكن العناية المعنوية التى تعتمد أساسا على إشباع الجدران والبشر بالحب .. فالأنثى المكتملة تشعر أن دورها فى الوجود هوالحب والذى من خلاله تتولد مسئوليتها نحو استقرار واستمرار ودعم الأسرة ..

الأنثى المنقوصة تبحث عن نفسها خارج بيتها وبعيدا عن إطار زوجها وأولادها .. وقد يتحقق لها ما تريد ، لأن هذا ينسجم مع تكوينها فهى لا تصلح للبيت ولا تصلح للزوج ولا تصلح إلا للأمومة المادية .. ولكنها تصلح وتنجح خارج البيت بأسلوب يقترب من أسلوب الرجل لأنها تحظى بطبيعة أقرب الى طبيعة الرجل وهذا هو سر فشلها فى التوحد مع زوج ..

● ● إلا أن هذا النجاح الخارجى يظل محدودا لازدواجية موقفها من الحياة .. وهى معذورة فى هذه الازدواجية ولا تستطيع منها فرارا إلا فى أحوال قليلة حين تقرر عدم الزواج أو تقرر الانفصال الكامل والاستقلال ..

● ● وحتى بعد أن تنفصل وتستقل فإنها تظل

غير قادرة على التخلص من تكوينها الخارجى وهو تكوين إمراة ، ولا تستطيع ان تفرض على الجميع أن يعاملوها لا كإمراة ..

● ● وعادة ايضاما تكون إمكانياتها محدودة فى الدخول فى منافسة حقيقية مع الرجل مع المجتمع فلا هى انثى ولا هى ذكر ..

● ● وهى امراة بالتكوين الجسدى ورجل بالتكوين النفسى ..

● ● وقد يكون تكوينها وسطيا .. اى بها بعض نوازع وميول الانثى ، ولكن بها تحدى وسطوة وقوةالرجل .. وتلك النوعية تعانى اكثر .. تعانى داخليا لانها تتمزق بين قوتين تتصارعان داخلها .. قوة تشدها ناحية أن تكون انثى تحظى وتنعم بالذوبان داخل رجل والاستمتاع بعطاء الحب وعطاء الرجل وقوة تدفعها الى الاستقلال والتفرد خارج البيت ..

وفى كل الأحوال هى فاشلة .. ليست فاشلة كإمراة .. ولكن فاشلة كزوجة .. فاشلة كأم .. فاشلة كاميرة للبيت .. وهى امراة معذورة فهى لا تملك اختيارا ولا تملك فرارا من تكوينها غير السوى .. إنه شذوذ فى التكوين تماما مثل اى تشوه خلقى يولد به

الانسان مثل أن يولد بثقب فى القلب أو انبعاج فى الرأس أو يولد بإصبع زائدة أو قدم معوجة ، فمثلما هناك تشوه فى الجسد هناك تشوه فى التكوين الأنثوى ..

● ● التكوين الأنثوى السوى هو تكوين غاية فى الجمال والابداع وينعكس على التكوين الخارجى للمراة فى عدقصور من التعبير والحركة والصوت واللفظ ..

إن تعبيرات الوجه تعكس بوضوح كامل جمال الأنوثة بالرغم من خلو الوجه من ملامح الجمال المتعارف عليها .. ولكن الأنوثة تضفى جمالا من نوع خاص لا يضاهيه جمال .. وهو جمال ينبثق مباشرة من الداخل السوى .. وهو جمال يلمسه الرجل بقلبه وإحساسه ويتوق إليه ويشتاق لرؤياه ويحن للوجود بقربه .. وهو الجمال الحقيقى الباقى .. الباقى حتى بعد تقدم العمر وتلك حكمة الله وروعة هذا الجمال .. فالمعروف أن السنوات تقتطع من الجمال الجسدى حتى يزول وينتهى إلا الجمال الأنثوى فإنه يبقى .. ليس ذلك فحسب ولكنه يزداد ويزداد حتى تغدو رفيقته حبيبته أجمل ما فى الوجود ويظل يهيم بها غراما وعشقا وائتناسا والفة ومودة واقترابا وائتلافا ..

● ● يظل يقول لها احبك وهى عجوز تكرمش وجهها .. يظل يقول لها يا جميلتى وقد ذبل قوامها ، إلا ان بريقا يشع ليس من عينيها فقط ولكن من كل كيانها .. بريقا يسطع القلب قبل العين ويهز المشاعر .. ولذا مع الأنثى تطول قصة الحب والهيام منذ اللقاء الأول وحتى نهاية العمر ..

الأنوثة سر الأسرار وبلاغة المعنى وعمق الفكرة ، هى النشوة والطرب والـزهو والتيـه واللذة والخلود .. الأنوثة هى الحنان الخالص والمودة غير المشروطة والعطاء بدون مقابل .. الأنوثة أمومة للزوج الحبيب وأمومة للطفل .. الأنثى زوجة وحبيبة وعاشقة وأم ، ثم هى إبنة ايضا .. الأنوثة فطرة وما أعظمها من فطرة فيها تستقيم الحياة وتزدهر وتثمر وتينع .. فبالأنوثة تكون هناك الزوجة الصالحة والأم الصالحة ..

● ● الحياة الزوجية الناجحة تحتاج لأنثى وليس لمجرد إمرأة ..

● ● والمرأة منقوصة الأنوثة هى زوجة فاشلة ..

● ● قالت انثى لحبيبها :

بجوارك يهنا خاطرى .. يشملنى الرضا .. أشعر بقناعة وشبع وإرتواء .. بجوارك أشعر بالسلام

وتغمرنى سماحة وصفاء .. يهدأ كل ما بداخلى إلا من رغبة فى ضمك .. تسكن كل عضلاتى إلا من رغبة فى تقبيل جبينك .. تهدأ افكارى إلا من فكرة ملحة مسيطرة كيف ارضيك ، ماذا افعل لإسعادك ، ماذا ابذل لأجعلك هانئا منعما ملكا ..

● ● بجوارك تغادرنى كل الهموم إلا من هم واحد هو كيف أطمئن انك راض عنى ، تغادرنى كل الأوهام إلا وهم واحد هو كيف أطمئن انى مليكتك حبيبتك ، كيف أطمئن انى أجمل إناث الأرض فى عينيك ..

قالت له : اعبدك .

قال لها : اعبدك

قالا معا : إذن كلانا العابد والمعبود ..

● ● ●

إن كنت تهوانى .. دعنى أعذبك

السادية ..

●● اى قدر من القسوة موجود داخل كل إنسان ؟ .

●● ومتى يزيد او يعلو هذا القدر ، ولماذا يزيد وإلى اى مدى ؟ .

●● وهل القسوة مرتبطة بمشاعر العداء والعدوانية التى تنقلب احياناً إلى عنف ؟ .

●● وهل يصاحب ذلك شعور باللذة والرضا ، بل وتكون هى المصدر الأساسى لسعادته ؟ .

●● وإذا تاملنا حولنا هؤلاء القساة الذين يمتلئون عداء ويفيضون شراً ويملأون الدنيا بغياً وظلماً وينشرون الألم والأذى والغيظ : من هم ؟ .. كيف اصبحوا كذلك ؟ ! أم هم من بداياتهم محملون بالاستعداد الموروث ؟ .

●● وهل يستطيع ان يتحكم فى درجة قسوته وان يوجه عنفه بقدر وبإرادة محكومة منه ، أم انه لا يستطيع ان يقاوم شحناته العدائية ورغباته العدوانية ؟ .

●● هل هو مريض ام صاحب شخصية مضطربة ؟ .. وهل هناك فرق !!!

●● والسؤال الأهم هو : كم من الناس يعانون

بسبب هؤلاء القساة واى قدر من الأذى يلحق بهم ؟ .

●● ان الطب النفسى استطاع ان يرصد وان يحدد نمطاً معيناً او ملامح بعينها لشخصية هناك محاولات لتسميتها بالشخصية السادية .. وهى شخصية امرها عجيب وسلوكها فى الحياة غريب ، والأساس الذى تقوم عليه حياته وعلاقاته بالآخرين القسوة والعنف .. وهو فى كل الأوقات يلجأ إلى القسوة البدنية والعنف الشديد الذى يحقق ايذاء فعلياً لكى يفرض سيطرته على الآخرين .

وهو لا يلجا لهذه القسوة الجسدية من اجل تحقيق هدف معين كان يعتدى على شخص ما ليسرقه او لينتقم منه ، ولكنه يفعل ذلك لمجرد تحقيق سيطرته المطلقة فى هذه العلاقة ، ولكى يظل الطرف الآخر المعتدى عليه خائفاً منه .. فهو عنف هدفه العلاقة ذاتها وليس شيئاً آخر .. وتلك نقطة تحتاج إلى مزيد من الإيضاح لفهمها لأهميتها فى فهم جذور هذه الشخصية .

فالسادى ليس هو « البلطجى » الذى يفرض سيطرته على الناس بالعنف من اجل ابتزازهم .. فهدف البلطجى هنا هو الابتزاز .. والعنف هو وسيلة

لتخويف الناس ليدفعوا له .. اى ان هدفه النهائى هو الحصول على المال .. اما السادى فالأمر بالنسبة له مختلف .. إذ هو يحتاج نفسياً إلى علاقة يكون هو فيها الجانب الأقوى المرهوب ، وان يكون الطرف الآخر هو الضعيف الخائف وذلك لا يتحقق إلا بان يبطش بعنف هذا الطرف الآخر وبذلك تستمر هذه العلاقة تحت التهديد المستمر من جانبه ، ولولا هذا التهديد الذى سبقه إيذاء فعلى لما استمرت ، ولما كان قادراً على ان ينشىء اى علاقة بآخر .

●● والقسوة البدنية ليست فقط هى وسيلته ومصدر إسعاده ، ولكنه يسعد ايما سعادة بإهانة الآخرين وإذلالهم .. وهو يختار الأوقات المناسبة ويتعمد اهانة شخص معين امام مجموعة من الناس ويكون متاكداً ان هذا الشخص لن يتمكن من الدفاع عن نفسه لعجزه او لاحتياجه الشديد له .

ولذا فهو يحرص فى علاقته ان يكون الآخرين فى حاجة مستمرة له ، كأن يكون مصدر رزقهم ، أو هو يعرف أشياء عنهم لو اعلنها تفضحهم وتدمرهم .. وتلك المسرحية التى يرتب لها باستمرار تحقق له

اكبر قدر من النشوة ويضطر المصاحبين له إلى مجاملته ومشاركته الاستهزاء بالضحية .

●● وهو دائما يعامل بقسوة متناهية من يعملون تحت إمرته ويتحين الفرص لإهانتهم والتقليل من شانهم وتحقير ما يؤدون من اعمال .. فالطبيب إذا كان سادياً فإنه يتلذذ بالقسوة على مريضه وربما إذلاله ، وكذلك يفعل الأستاذ مع تلميذه او السجان مع السجين او اى إنسان كبير مع الطفل .. إنها القسوة المتعمدة والإيذاء بدون وجه حق لإنسان فى موقف ضعف او احتياج .

●● ومشاهدة الآخرين وهم يتالمون من إيذاء جسدى او معنوى يحقق له قدراً كبيراً من المتعة بما فى ذلك الم الحيوانات ، ويميل إلى ممارسة الهوايات التى تشتمل على قتل الحيوان ويتلذذ بمتابعة الحيوان وهو يموت الماً .

ويلجا إلى الكذب إذا كان ذلك سيؤذى الآخرين ويميل إلى إحداث الوقيعة بين الناس وإطلاق شرارة العداوة والعنف بسبب افتراءاته واكاذيبه .. ومرة اخرى هو لا يكذب من اجل تحقيق مصلحة ذاته

او لتفادى خطر او مشكلة شخصية ولكنه يكذب وينشر الإشاعات لإيذاء الناس والإيقاع بهم .

●● وهو يتطلب من الآخرين ان يطيعوه طاعة عمياء ووسيلته فى ذلك إخافتهم وإرهابهم ، ويرفض تماماً اى معارضة ، او اى راى مخالف ، ويشطاط غضباً إلى حد العنف غير المحدود للإطلحة بمن يختلف معه .. ويعتاد الآخرون أن يوافقوه خوفا ورهبة .

●● وهو يتلذذ بتقييد حرية الآخرين والتحكم المطلق فى تحركاتهم سواء زوجته او ابناؤه وبناته او المرؤوسون الذين يعملون تحت إمرته .. ويتلذذ اكثر وهو يراهم يتالمون لحرمانهم من حقوقهم ، وهم عاجزون عن الدفاع عن أنفسهم .. وهو لا يسعده تنفيذ اللوائح والقوانين حتى وإن كانت فى صالحه وإنما يسعده حقيقة البطش والتعسف .

●● ويبدى إعجابه بأساليب التعذيب وبأنواع الأسلحة الفتاكة التى تعذب الإنسان قبل قتله ، وتشده افلام العنف واخبار الحروب ويتسرب السرور إلى نفسه حين يسمع بمعاناة الناس من ظلم او بطش او مجاعة .

●● وقسوة وعداوة وعنف وبطش السادى يتشكل حسب درجة تعلمه وثقافته وموقعه .. فالأستاذ الجامعى مثلاً لا يبطش بتلاميذه عن طريق العنف البدنى اى الضرب ، ولكن بأن يجعل الدراسة صعبة وشاقة وان يضللهم بتمويه متعمد ليوقع بهم فى الامتحانات عن طريق أسئلة صعبة من مصادر غير متاحة للطالب ، وتكون سعادته فى رهبة الطلاب منه واحاديثهم عنه ونظرات الخوف فى عيونهم والبؤس فى وجوههم وهم يرسبون .. انه لا يستطيع اكثر من ذلك لان ذلك هو ميدانه الوحيد .. هذا بالإضافة إلى الإيقاع بزملائه والنكاية والوشاية بهم وتعويق مسيرتهم .

وكلما امعن الناس فى الحديث عن قسوته وجبروته .. ازداد سعادة وانتشاء ويعوضه ذلك عن كثير من رغباته المفقودة ومن ضمنها ربما الرغبة الجنسية .

والمدير المسئول لا يستطيع ايضاً ان يضرب موظفيه او مرعوسيه .. انه لا يستطيع ان يؤذيهم جسدياً ولكنه ينكل بهم بوسائل اخرى بأن يجعلهم

تحت التهديد الدائم باحتمال ان يفقد احدهم وظيفته وان يكتب تقريراً سيئاً عنه ، ويضعهم تحت المراقبة المستمرة ولا يستطيع احد ان يتحرك من مكانه إلا بإذنه ، ويضغط على الموظف اكثر إذا تعرض لظروف شخصية سيئة كمرض ابنه او وفاة شخص عزيز .. فى هذه الظروف لا يظهر تعاطفاً معه بل يطلب منه مزيداً من العمل ويشعره دائماً بالتقصير .

●● ولا يزكى احداً لترقيته وإنما يتعمد حجز اى ترق عنهم .

●● والزوج السادى يدمى زوجته ضرباً إذا اتيح له ذلك ويهينها ويجرح مشاعرها ويحط من كرامتها ويفعل كل ما يجعلها خاضعة له تماما خضوع العبيد .

●● وهل هناك علاقة بين السادية والجنس ؟ .

إن السادية كانحراف جنسى اولى تعنى الحصول على كل المتعة الجنسية من خلال تعذيب وإيذاء الطرف الآخر .. والبعض يؤكد ان هناك قدراً من السادية فى كل رجل فى علاقته الجنسية بالمراة ، ولكن هذا القدر لا يؤدى إلى الإيذاء الجسدى ، وايضاً هناك قدر من المازوخية فى كل امراة فى

علاقتها الجنسية بالرجل ، ولكن هذا القدر لا يصل إلى الخضوع التام واستجداء العذاب .

●● والسادى يتطلب من ضحيته ان تستجيب لساديته بالعذاب وإظهار الألم حتى يشعر هو بالطمانينة .. والمعنى هنا الذى يدور فى عقله الباطن وهو الباعث على ساديته : طالما استطعت أن أوذيك واخيفك فليس لى ان اخاف .. إن ما اجعل الناس تعانى منه لا يمكن أن اعانى منه انا .

●● إن السادى يعانى الخوف .. يشعر بالتهديد .. يخشى ان يحل به عقاب .. يخشى إيذاء الآخرين له .. يتوقع هجوماً وشيكاً عليه .. ولذا فهو يبادىء بالهجوم والعنف والإيذاء .. وحين يرى الخوف والرعب فى عيون الآخرين يطمئن .

— طالما استطعت أن أضربك فلن يضربنى احد .

— طالما استطعت أن اجعلك تقاسى ويلات الامتحان وترسب فلن افشل انا .

— طالما استطعت أن افصلك من عملك فلن افقد عملى انا .

— طالما استطعت أن اضربك وأؤذيك وادميك إلى

حد البكاء والصراخ والدماء .. فهذا معناه اننى قوى وانني قادر على ان اعاشرك جنسياً وانجح معك .

هل هى عقدة الخوف ؟ .

هل هى عقدة جنسية ؟ .

●● بعض الاتجاهات تؤكد أن الشخصية السادية تعانى قصورا جنسياً شديداً ، وفى بعض الحالات تعانى من نقص فى مظاهر الرجولة الثانوية ويكون أقرب فى شكله إلى الأنثى ولا ينبت له شارب أو لحية ويكون رخو الملمس وربما يعانى من صغر اعضائه التناسلية بشكل ملحوظ .

●● أو هـو الخوف من العقـاب .. الخوف اللاشعورى من الاقتراب الجنسى .. « لو مارست الجنس ساعاقب » ولذا يبادر بالعنف والعدوانية والقسوة الشديدة وبذلك يقوم بعملية إنكار تام للخوف .

●● والتحليل النفسى يصل إلى ابعد من ذلك فيرى أن هذا السادى يشعر بالذنب الشديد ، ولذا فهو حين يضرب ضحيته ويجعلها تتالم فإنه يرغمها على أن تعفو عنه وتخلصه من الشعور بالإثم الذى

يعوق استمتاعه بالجنس .. وبالتالى فإذا عفت عنه استطاع ان يستمتع جنسياً او عفوها هو ذاته متعته .

●● او هو يسعى إلى الحب .. فالعنف يجعل ضحيته لا تملك إلا ان تحبه مكرهة .. وكانه يقول لها : لا تخافى منى وإنما امنحينى حبك .

●● كم هو الأمر شائك ومحاولات التفسير معقدة وذلك لان المشكلة ذاتها غاية فى التعقيد .

●● وكم هى مقلقة الحياة مع وجود النزعات السادية بحجم مرضى عند بعض الناس .. إن السادى هو مصدر متاعب للآخرين بالرغم من أن داخله ضعيف ووآه .. خائف مرتجف .. فاشل وعاجز .

واقرب الشخصيات إلى الشخصية السادية هى الشخصية السيكوباتية .. ولقد كتبت عنها كثيراً ، ولا مانع فى الكتابة عنها للمرة المائة ، فانا أريد أن اجعل كل الناس تعرف كل سمات الشخصية السيكوباتية وبذلك يكون من السهل التعرف عليها وبذلك تتفادى شرها وتبتعد عنها .

●● من هو السيكوباتى ؟ .

●● هو الشر على الأرض .. هو الشيطان فى صورة إنسان .. هو التجسيد لكل المعانى السيئة والقيم الهابطة .. هو الحقد والأنانية والانتهازية والعدوانية والكراهية والإيذاء .. هو الجانب الأسود للحياة على الأرض ومجهض لكل المعانى الجميلة والجوانب المضيئة للإنسانية .. رائد وراعى الظلم ومهندس الخيانة وحامى الرذيلة والمبشر بالنذالة فى كل وقت .

●● وقد يكون جميل المنظر بهى الطلعة سمح الوجه برىء الهيئة ، ولكن كل ذلك تغطية لقلبه الأسود ونفسه التى تشيع ظلاما .. فهو إذا كان ذكياً فإنه سوف يجيد تخبئة كل سماته الفاسدة المفسدة ليتمادى فى الخداع والخديعة والإيذاء .

وقد يظل الكثيرون منخدعين مضللين يرونه الشهم الأمين العادل المنصف المحسن الودود الحليم .. قد يفلح فى لبس القناع وإحكامه كابرع ممثل ويعيش فى وسط الناس هادياً ورائداً ومعلماً وناصحاً ومبشراً بالخير والنور ، ولكنه فى حقيقة

الأمر هو العكس لكل ذلك تماما وتلك هى خطورته الحقيقية .

إن السيكوباتى العدوانى الأقل ذكاء ينكشف أمره بسهولة .. يتحاشاه الناس أو يخشونه أو يرهبونه أو يقاتلونه .. اما السيكوباتى الذكى والذى يعرف ايضاً بالسيكوباتى المبدع فهو الأخطر .. لأن شروره تستشرى دون ان يدرى به أحد .. أو يكون من الذكاء بحيث يخضع الناس له بسلطانه أو بماله أو بالتحكم فى أرزاقهم ومستقبلهم أو بابتزازهم .. ولا اصدقاء دائمون له .. هناك اصدقاء لكل مرحلة .. وحين ينكشف امره بين اصدقائه ينتقل إلى مجموعة أخرى .. يكون شلة أخرى .. وحين تنتهى مصلحته مع مجموعة ، سرعان ما يهملها ويسقطها وينتقل إلى مجموعة أخرى ترتبط مصالحه بهم فى هذه المرحلة وهكذا .

●● لا قلب ولا عواطف ولا مشاعر ولا أحاسيس .. لا شىء بالمرة .. وإنما ملذاته واهواؤه ورغباته واطماعه وشهواته هي التى تقوده وتحركه ، وكلها شهوات مادية حسية تسلطية ..

لا يضحى من أجل احد ، وإذا اظهر تاثراً فهو كاذب .. إنه تماماً كالممثل يظهر تعبيرات الحزن والألم على وجهه ولكنه لا يشعر بداخله بشىء على الإطلاق .

●● يخون أصدق صديق .. يتسلق فوق كتف اقرب قريب .. يدوس على عنق اعز عزيز .. المهم ان يصل إلى هدفه .. او يعلو .. أن يحقق طموحاته .. ينسى من ساعدوه ، بل يتحاشاهم ويهرب منهم ويتنكر لهم حتى لا يشعر انه مدين لأحد .

●● وسمات هذه الشخصية تبدأ قبل سن الخامسة عشرة .. وهذه نقطة مهمة لتشخيص السيكوباتية .. السيكوباتية لا تبدأ فى سن الثلاثين أو الأربعين .. بل يولد بها الإنسان وتتضح سماتها فى مرحلة المراهقة .. وإذا أردنا أن نتعرف على السيكوباتى فى بداية حياته فهناك اكثر من علامة :

— الهروب من البيت .. والهروب من المدرسة .
— التعرض للفصل من المدرسة لسوء سلوكه .
— السرقة من البيت أو الأصدقاء .

— الكذب المستمر .

— تخريب الممتلكات العامة .

— التعثر الدراسى والحصول على درجات منخفضة غير متوقعة بالنسبة لذكائه الظاهر .

— العصيان ورفض الاستذكار وابتزاز الأهل

— كسر قوانين المدرسة والعنف مع زملائه والدخول فى معارك معهم وأحيانا تحدى تعليمات المدرس .

— الاعتداء بالضرب وبالألفاظ النابية على اشقائه وشقيقاته وتحدى سلطة الأب وكسر أوامر الأم ..

●● كل هذه السمات أو بعضها تظهر قبل سن الخامسة عشرة .. وعند سن الثامنة عشرة تظهر الصورة الكاملة للشخصية السيكوباتية كما تتضح فى الآتى :

١ - عدم قدرته على الاستقرار فى عمل واحد ولمدة طويلة .. فهو ينتقل من عمل لآخر .. إما أن يترك هو العمل بدون سبب واضح أو لأسباب واهية ، وإما أن يطرد من العمل ، فهو بالقطع موظف

غير مرغوب فيه لاستهتاره وعدم انتظامه وعدم تحمله المسئولية وسوء علاقاته بزملائه ورؤسائه .

وقد يظل متعطلا لوقت طويل ، وقد يترك عمله فجاة وبدون مقدمات برغم احتياجه واحتياج اسرته وبدون ان تكون هناك فرص عمل أخرى متاحة .. هذا بالإضافة إلى عدم امانته فى اداء عمله ، ولاتعنيه مصلحة العمل أو مصلحة الناس ، وهو ذلك الموظف المرتشى فى اغلب الأحوال ..

وإذا كان مازال طالبا فى المدرسة الثانوية أو الجامعة فهو دائم التغيب وقد يظل شهوراً دون أن ينتظم فى يوم دراسى واحد ، كما يهمل مذاكرته تماما ، وهو كثير الرسوب ولايقلقه تقدم زملائه وتخلفه هو وكأن مستقبله لايعنيه ، وبالتالى فهو دائم الشجار مع أسرته إلى حد استعمال العنف احياناً ويسرف فى التدخين أو استعمال المخدرات وطلب النقود ولايتورع عن سرقة اسرته وحرمانهم من قوتهم من أجل ملذاته ..

إذن هو ذلك الطالب المستهتر الفاشل والمنحرف ، الذى لايريد ان ينهى دراسته ولايريد ان يعمل ..

٢ ـ لا تخطيط ولاخطة فى حياته ، بل إندفاعات تلو اندفاعات تقود إلى اخطاء ومشاكل خطيرة ، ولكنه ابدا لا يتعلم ولا يستفيد من اخطائه ولا يستفيد من تجاربه ويكرر نفس الخطا المرة تلو المرة .. وقد يعد ويقسم انه لن يعود إلى ارتكاب هذا "الخطا مرة أخرى ولكنه لايصدق فى وعوده .

وتلك نقطة اساسية يجب ان نعرفها عن السيكوباتى ، إنه لايفى بوعوده على الإطلاق ولا يمكن تصديقه ، ومن الخطا الوثوق به ، فلا عهد ولا عهود يحترمها .. وقد يكون سيكوباتيا مبدعا فيظهر ندمه وتاثره على خطا ارتكبه ويبدو متالما منكسراً دامعاً باكياً ، ولكن بعد مضى وقت قصير ينسى كل هذا ويعود إلى سابق عهده من اندفاع ورعونة وتكرار الأخطاء وعدم مراعات مشاعر الآخرين واندفاعاته وتورط اسرته .. فقد يقرر أن يترك عمله فجاة أو يهاجر أو يبيع بعض ممتلكاته .. أو يتزوج او يطلق .. يتخذ قرارا سريعا فى مثل هذه الأمور الهامة فى حياة اى إنسان .

٣ ـ وهو يكذب دائما .. ولقد تمرس فى أن يبدو

صادقا وهو يمعن فى الكذب .. ويحلف باقدس يمين وهو كاذب ولا يتورع عن أن يكذب فى اخطر الأمور وامام اى انسان واى مجتمع ..

يكذب حيث لايصح الكذب من انسان فى موقعه ومركزه ومسئوليته .. يكذب ليخادع أو ليدارى خطأ أو ليحقق مارباً أو يهرب من مسئولية ..

●● والسيكوباتى المبدع هو الذى يجيد فن الاقناع بالرغم من كذبه .. ويعكس وجهه فعلا الصدق ولايتعثر لسانه .. وهو لايستطيع إلا ان يكذب ، لأن الكذب ينسجم مع بقية سماته .

اما الصدق فهو قيمة اخلاقية عليا تتضافر وتنسجم مع مجموعة قيم اخرى كالأمانة والشرف وتحمل المسئولية واداء الواجب والأخلاص .. وليس كل كاذب سيكوباتيا ، فالكذب له أسباب اخرى ، ولكن بكل تاكيد فإن كل سيكوباتى كاذب ..

٤ ـ والسيكوباتى المبدع يكسر كل القوانين ولكن دون أن يدرى بذلك احد .. إنه يفعل ذلك بذكاء شديد ويتخطى كل الحدود ويلجأ إلى كل الوسائل من رشوة وتخريب الذمم والابتزاز وكل عمل غير اخلاقى يسهل له الوصول لأهدافه ..

أما السيكوباتى الغبى فهو الذى يخالف القانون بشكل ظاهر أو مباشر يجعله صيداً سهلاً للشرطة ، كالسرقة أو الاتجار فى المخدرات أو ممارسة الدعارة أو التـزويـر والغش فى التجـارة أو النصب أو الاحتيال .

ولكن السيكوباتى المبدع يرتكب كل هذه الجرائم دون ان يقع ودون ان يجرؤ أحد على ان يشير بأصبع الاتهام إليه .. السيكوباتى المبدع يلبس لباس التقوى والصلاح ، ويتبارك ويتبرك به الناس ، بينما هو يتاجر فى المخدرات أو الأعراض أو ينصب ويحتال على الناس .

٥ ـ والسيكوباتى صاحب اسرة فاشلة .. فهو زوج فاشل وأب فاشل ولايتحمل ادنى قدر من مسئولياته كزوج وكاب ، وابناؤه معرضون للمرض والنقص الغذائي والحوادث وللفشل الدراسى والانحراف نتيجة لاهماله .. فهو ينفق على ملذاته ويبخل على اسرته ، بل وقد يهمل فى علاج زوجته او ابنائه رغم استطاعته . وقد يترك بيته بلا طعام او لايسدد إيجار المنزل أو فاتورة الكهرباء مما يعرض اسرته لكثير من المشاكل .

وفى الغالب تراه يتزوج لثالث أو رابع مرة .. وفى كل مرة اما تتركه زوجته لتعاستها معه وإما يتركها هو جريا وراء ملذاته ..

٦ ـ والسلوك الجنسى مضطرب عند السيكوباتى فهوى متعدد العلاقات الجنسية غير الشرعية .. وكلها علاقات قائمة على الرغبة البحتة دون وجود مشاعر .. وهو لايستطيع ولايصبر على علاقة واحدة .

وقد يصل الأمر إلى اكثر من عشر علاقات فى عام واحد .. واكثر من علاقة فى وقت واحد .. وبالرغم من ان كل صنوف الشذوذ الجنسى قد تكون مرضاً أولياً ، إلا ان بعض صنوف الشذوذ ترتبط بالشخصية السيكوباتية كالجنسية المثلية والعلاقة مع الأطفال والمحارم والاغتصاب .. ومعظم حالات الاغتصاب التى تمت دراستها أبطالها من السيكوباتيين .

٧ ـ والسيكوباتى هو إنسان عدوانى بطبعه يميل إلى الشتاجر مع الآخرين ولايتورع. عن استعمال القوة .. اى يصبح عنيفا إلى حد الإيذاء الجسدى ..

ويميل إلى الانتماء للمجموعات ذات الأهداف العدوانية الشريرة .. وهو يتلذذ بإيذاء الآخرين وإرهابهم .. وهو سريع الاستثارة حيث ينقلب إلى إنسان عنيف فى لحظات ، وعموماً فهو يسلك ويتكلم ويتعامل مع الناس بغلظة وتحد ..

٨ - إما السيكوباتى المبدع فهو على العكس تماما .. لا يلجأ أبداً إلى القوة والعنف الظاهر ولكنه يؤذى الناس بنفس القدر وأكثر بطرق غير مباشرة ويلحق بهم ضررا كبيرا فى أعمالهم وأرزاقهم وممتلكاتهم وحياتهم بشكل عام ، فقد يكون وراء فصل إنسان من عمله أو تلفيق تهمة له أو الحاق خسارة مادية جسيمة به عن طريق الوشاية بأسراره فى العمل .. إن شروره قاتلة ولكنها مستترة ويبدو ظاهريا إنساناً بريئاً وخيراً ..

٩ - ثم نأتى فى النهاية إلى أهم السمات وأخطرها والتى تشكل جوهر الشخصية السيكوباتية والعمود الأساسى الذى ترتكز حوله بقية السمات الأخرى :

هذه السمة هى الانتهاك الدائم والمستمر لحقوق الآخرين .. فهو فى معركة مستمرة ، أو ينتقل من

معركة إلى معركة .. وكل معركة لابد ان يخرج منها منتصراً ورابحاً وان يخرج الآخرون منهزمين خاسرين .. لايطيق ولا يسمح ان يكسب احد امامه أو بجواره .. ويلجا إلى كل الوسائل غير المشروعة لالحاق الخسارة والضرر بالآخرين ..

اهم مبدا أو شعار له هو الاتحاد والتعاون مع الشيطان من اجل مصلحته .. يخون كل المبادىء .. يخون اصدقاءه .. يخون دينه .. يخون امانة العلم .. يخون وطنه .. من اجل مصلحته .. شعاره : انا ومن بعدى الطوفان .. ليس لديه اى مشاعر تجاه احد صديق او قريب ، وطن او مبدا ، دين أو عقيدة .. مشاعره تدور حول ذاته فقط .

إنه لايتورع عن إيذاء اى إنسان بلا شفقة أو رحمة .. فينهب مال اليتيم ، ويسرق مال المريض ، ويهتك عرض الصديق ، ويبيع اسرار الشريك والزميل ، ويغالط فى العلم والحقيقة ، ولا يهتز وهو يصنع من رؤوس اصدقائه وزملائه وممن وثقوا بجانبه وساندوه جماجم ليصعد عليها ويصل إلى القمة .. ولكن لا اكون متجاوزاً الحقيقة

العلمية إذا قلت أن الكثيرين من أهل القمة ـ وليس كلهم ـ من السيكوباتيين .

١٠ ـ وخطورة السيكوباتى المبدع أنه قد يصبح مثلا يحتذى به الشباب الصغير .. فهذا السيكوباتى المبدع يبدو براقا لامعاً انيقاً وجيهاً ناجحاً متميزاً ويبدو أيضا كريماً صالحاً .. والشباب حين يتأثرون به ويتشبهون به ويسيرون على دربه ويتوحدون معه فإنهم بدون أن يدروا وبدون إرادتهم يكتسبون بعض صفاته اللا إنسانيـة ويؤمنون بـأفكاره الشيطانية وفى النهاية يرتفع فى داخلهم بدون أن يدروا أيضا نفس الشعار وهو أن الغاية تبرر الوسيلة ، وأنه لا مانع من التوحد مع الشيطان من أجل المصلحة الذاتية ، وأنا ومن بعدى الطوفان .. يصلون معه وبه إلى كل هذا ويغلفونه فى إطار حسن ويجدون ألف مبرر لسلوكهم بل ويضعونه فى أفضل إطار ..

●● إذن خطورة السيكوباتى المبدع ليست فقط محصورة فى الإيذاء الذى يتعرض له الناس من حوله بسببه ، ولكن فى التخريب الذى يصيب به

عقول ونفوس الشباب وخاصة إذا كان فى موقع المسئولية كاستاذ فى الجامعة او رجل دين أو مفكر أو اديب أو رجل اعلامى ..

هذه الشخصيات لها تاثير كبير على الشباب ، وهى نماذج يحتذون بها ويقلدونها .. وكل شاب يختار نموذجا ليكون مثله الأعلى .. فإذا كان المثل الأعلى فاسدا فإنه بالطبع سيطيح بكل الأشياء الطيبة الموجودة داخل الشباب .. يسير الشباب وراء السيكوباتى المبدع بحسن نية وبدون أن يدرى انه يسير وراء الشيطان الذى يتخذ غطاء الملائكة قناعاً يخفى شروره وراءه ولايبدو منه على السطح إلا كل شىء جميل براق .

الشباب بخبرته المحدودة لايرى إلا هذا السطح وينبهر به ولايستطيع أن يكتشف الحقيقة إلا بعد سنوات طويلة ، وللأسف فى خلال هذه السنوات الطويلة يكون قد اصابه بعض الرذاذ المحمل بميكروبات السوء فتضعف نفسه وتمرض اخلاقه وتسوء قيمه وافكاره ..

١١ - والسيكوباتى المبدع يجد من ينافقه

ويتملقه إما خوفا منه وإما جريا وراء مصلحة ومنفعة .. وهو سيد الناس لسطوته وبطشه .. وبسبب الإرهاب الذى يشيعه من حوله إذا حاول احد ان يكشف حقيقة امره ويعريه امام الناس .. فى هذه اللحظة يخلع رداء الملائكة وبشكل علنى وسافر يبرز كل اسلحته الدنيئة ليكسر كل من يحاول أن يفضح امره ويهتك قناعه ويظهر حقيقته الزائفة للناس ..

١٢ - والسيكوباتى المبدع قد ينجح ويبرز فى مجالات متعددة .. وقد يصل إلى الصفوف الأولى كعالم أو فنان أو اديب .. ولكنه لايتورع ان يزيف فى العلم مثلا .. فيلفق نتائج ابحاثه ، أو قد يسرق جهد غيره العلمى ، أو قد ينقل من ابحاث غيره بطريقة ذكية من الصعب اكتشافها وذلك ليظل محتفظا بالمكانة الأولى من الصف الأول .. وقد يطوع نتائج اى بحث ليخدم فكرة معينة وبذلك يصبح مضللا .. وذلك عبث لايصدر إلا عن إنسان ليس لديه اى ضمير .. اى سيكوباتى ..

١٣ - والسيكوباتى بشكل عام يميل إلى استعمال

الكحوليات وينتقل من مخدر إلى مخدر وذلك سعيا منه للحصول على اللذة الفورية والمتعة الفائقة اللحظية .. وبعض المدمنين سيكوباتيون ، وليس كل المدمنين سيكوباتيين .. والسيكوباتى يبدى طريق الاعتماد على الكحول والمخدرات إلى حد الإدمان منذ مرحلة مبكرة من العمر ، ويسبق ذلك التدخين منذ الصغر .. ويمر على جميع انواع المخدرات فى وقت واحد ، ولا تفلح معه اى وسيلة علاجية على الإطلاق .. وإذا توقف فترة عن ابتلاع المواد المدمنة او استنشاقها فإنه يعود إليها مرة اخرى وتفشل كل جهود المحيطين به ويصابون بالاجهاد والاعياء والغثيان وفى النهاية يبتعدون عنه لياسهم .

١٤ ـ ورغم ان السيكوباتى متبلد وجدانيا إلا انه قد يعانى حالة من التوتر الداخلى وحالات متعاقبة من الزهق والملل والضجر ، وقد يصاب بنوبات من الاكتئاب .. يضيق بمن حوله ويصب جام غضبه عليهم ويتهمهم بانهم سبب ضيقه وتوتره ، وقد ينفجر فى ثورات عارمة من الغضب يلجا فيها إلى

العنف والضرب بلا مبرر أو بدون سبب على الإطلاق .. هذا التقلب المزاجى ، أو المزاج الذى تغلب عليه « العكننة » قد يستمر مع السيكوباتى حتى نهاية العمر وحتى بعد أن تخف حدة السلوك السيكوباتى مع تقدم العمر ..

●● هذا هو السيكوباتى .. فلنحذره .. لنبعد عن طريقه .. لنتحاشاه .. لنجعل بيننا وبينه مسافة خطوة أو خطوتين .. لكى لا ندخل معه فى شركة أو فى تعامل مالى ، لكى لا نجعله رفيقاً لسفر ، ولكيلا نعتمد عليه فى مسئولية أو أمر هام يعنينا .. لكى لا نتزوج منه . لكى لا نجعله مثلا أعلى نحتذى به ، لكى لا يقود مسيرتنا ويتحكم فى حياتنا ..

●● هذا هو السيكوباتى ، تجسيد الشيطان على الأرض ، وظل الشر وهيكله ، خلقه الله حيث بدونه لايكون للخير معنى ووجود .

● ● ●



إنهم يجعلون الحياة صعبة

●● اغرب واعقد جزء فى الإنسان هو عقله .

●● وكثيرة هى تلك الأسرار التى عرفناها عن اجزاء كثيرة من جسم الإنسان إلا مخه حيث لازال لغزاً محيراً .

●● والعقل هو الإنسان .. وهو زينته .. أى هو سر جمال وروعة الإنسان .. او هو سر الإنسان ذاته .

●● والإنسان بلا عقل لا إنسان .. أى يفتقد بعض الصفات الإنسانية واهمها القدرة على التعايش مع الناس والتفاعل معهم .. فالإنسان خلق لحكمة .. وله دور على الأرض وهو ان يعمرها ، اى ان يعمل .. وقبل ان يعمل لابد ان يدرك معنى وجوده وان يعى دوره .. ونقطة البداية الحقة أن يؤمن بوجود خالق لهذا الكون البديع .. وهذا يحتاج لعقل .. فالعقل يستقل ويفكر ويتفاعل ويقرر .

●● فإذا آمن الإنسان .. استطاع ان يدرك ذاته المنتسبة إلى الخالق ، اى التى صدرت عن الخالق ، ولذا فإن اول شىء يفعله هو ان يقوم بعبادة هذا الخالق .. فإذا ادرك ذاته استطاع ان يدرك وجود الآخرين ، وبالتالى ان يدرك دوره ودور الآخرين على هذا الكوكب .. ان يعمل وان يتعايش مع الآخرين ..

والعمل والتعايش يحتاجان للعقل .. اى هما من نشاطات العقل .

●● ومثل اى جزء فى الإنسان ، يصاب العقل احياناً بالخلل .. فيضطرب الإنسان .. تضطرب علاقاته بالأشياء .. اى تضطرب علاقاته بالخارج كانعكاس لاضطراب داخله .

●● ومع تقدم العلوم الأساسية عرفنا بعض اسرار مخ الإنسان وبعض اسرار كمياء مخ الإنسان وادركنا ارتباط بعض النشاطات العقلية باجزاء معينة من المخ وبمواد كميائية معينة تسبح بين خلايا هذه الأجزاء من المخ .

●● واستطعنا ان نضع هيكلاً تقسيمياً للخلل الذى يصيب عقل الإنسان فتم تصنيفه إلى امراض نفسية وأمراض عقلية واضطرابات فى الشخصية .. وكل مجموعة لها اعراض واضحة محددة لا يخطئها طبيب وتساعده فى الوصول إلى التشخيص السليم .

●● المريض النفسى يتالم ويعانى من اعراض يعرف أنها صادرة عنه ويعرف ان به خللا ويسعى للعلاج .. مثل القلق والمخاوف والوساوس .

●● المريض العقلى يفتقد للاستبصار .. أى لا يدرك ولا يوافق انه مريض .. ولكن تبدو عليه أعراض يدرك الآخرون بسهولة انها اعراض غير طبيعية وتشير إلى خلل خطير فى العقل .

واخطر الأعراض هى الضلالات .. اى يعتقد فى اشياء غير صحيحة ولا يوافق عليها أحد ، ويعانى ايضاً من الهلاوس اى يسمع اصواتا او يرى اشياء لا وجود لها فى الحقيقة أى بدون مصدر وكذلك يضطرب سلوكه الذى يتسم بالغرابة واحياناً بالشذوذ .

●● اما اضطراب الشخصية فمعناه وجود سمات متطرفة فى الشخصية (التى لا تعانى من اى مرض نفسى او عقلى) .. فالشخصية هى مجموعة من السمات او الصفات .. وكل سمة لها قطبان او اى سمة لها سمة اخرى عكسها كالبخل والكرم ، الثقة والشك ، الهدوء وحدة الانفعال ، الوسوسة والطمانينة المبالغة والموضوعية .. وهكذا .

ومعظم الناس يتمتعون بصفات أو سمات وسطى ، اى بدون تطرف يصل إلى حد البخل

الشديد ، أو إلى حد التبذير والسفه .. ولكن عند بعض الناس تتضخم وتتورم وتزيد بعض السمات إلى حد التطرف .. وكل سمة متطرفة يتجمع معها سمات أخرى متطرفة مرتبطة بها وبذلك يتكون ما يسمى باضطراب الشخصية .

فهناك مثلاً الشخصية الاضطهادية (البارنويد) والتى تتميز أساساً بالشعور الدائم بالاضطهاد من الآخرين وكذلك العدوانية ، والشخصية الهستيرية التى تتميز بالمبالغة والكذب والقابلية الشديدة للإيحاء ، والشخصية القهرية التى تتميز بالدقة والنظام والأمانة والصدق ، والشخصية السيكوباتية والتى تحدثنا عنها بالتفصيل فى هذا الكتاب ، والشخصية السادية .. وهكذا إلى آخر سلسلة من الشخصيات التى استطاع الطب النفسى أن يحدد سماتها وملامحها .

●● المريض النفسى يعانى وقد يعانى بسبب معاناته بعض الذين يعيشون معه ومن حوله .. ولكن الكل يعرف انه مريض وهو قبلهم يعرف انه مريض وانه بحاجة إلى علاج .

●● المريض العقلى معاناته من نوع آخر

إذ يعتقد انه مراقب ومضطهد مثل مريض الفصام ، أو يعتقد انه لا امل ولا معنى للحياة كمريض الاكتئاب ، او يعتقد انه صاحب رسالة سماوية مثل مريض الهوس .. المشكلة انه لا يدرك انه مريض .. ولهذا يعانى الآخرون من حوله .. ولكن هم يعرفون انه مريض ولذا يدفعونه قهراً للعلاج .

●● وصاحب الشخصية المضطربة يعانى من سماته المتطرفة والتى تعوقه عن التكيف الطبيعى السوى مع الآخرين ، وكذلك يعانى الآخرون .. فالتعامل معه صعب .. ولكنه يعرف أن به سمات غير طبيعية وكذلك يعرف عنه الآخرون .. اى يشترك كل من يعرفه بأن يصفه بنفس الصفات المتطرفة والمزعجة .

●● ولكننا نحار احياناً من بعض الناس الذين لا يعانون من اى مرض نفسى او عقلى أو اى اضطراب فى الشخصية ولكننا نجد صعوبة فى التعامل معهم .. أو نجد صعوبة فى تفسير سلوكهم الغريب .. ويستعصى علينا فهم اسلوبهم فى التفكير وإسلوبهم فى الحياة واسلوبهم فى التعامل مع الآخرين .. ويعجز اى منطق عن تعليل ما يصدر

عنهم ، وتعجز اى نظرية عن الوصول إلى حقيقة هؤلاء الناس .

●● هل هم أسوياء .. ؟ هل السوية تعنى فقط الخلو من المرض ؟ .

●● أم هو التنوع الطبيعى فى الحياة ووجود اشكال والوان واصناف متعددة من البشر مختلفين ومتنوعين وتلك هى معجزة الخالق .؟ .

●● وهل هو التنوع الطبيعى أم التنوع الذى يقع بدرجات مختلفة على المنحنى او المتصل بين نقطتى السوية الكاملة والجنون الكامل .. ؟ وبذلك يكون هؤلاء الناس ليسوا اسوياء وليسوا مرضى ، أو ليسوا مرضى بصورة ظاهرة أو هم الأسوياء المرضى أو المرضى الأسوياء .

●● من خبرتى الذاتية استطيع أن اجزم انهم ليسوا أسوياء .. وايضاً لا توجد لديهم اى أعراض مرضية ظاهرة .. وايضاً بالاجتهاد الذاتى « غير المقنن » استطيع أن اقول انهم يشكلون حلقة وسطى بين مضطربى الشخصية والمرضى العقليين .. وهم بعيدون تماماً عن المرضى النفسيين لانهم غير

مستبصرين أى لا يدركون انهم غرباء ولا يدركون غرابة سلوكهم وغرابة طريقتهم فى التفكير .

●● أم هل هو المرض العقلى بصورة محورة .. هل هو الجنون الخفى او المتوارى .. هل هؤلاء الناس يحملون جينات غير طبيعية مثل جينات المرض العقلى ولكن بصورة مخففة أو بصورة لم تظهر بعد فى صورة اعراض واضحة ؟ .

●● الذى يجعلنى شخصياً أميل إلى هذا الراى الأخير ان هذه المجموعة من الناس اصادفها من بين عائلات المرضى العقليين .. أجد غرابة فى أسرة مريض الفصام او مريض الهوس او مريض الاكتئاب الذهانى .. اشعر انهم غير طبيعيين ولكننى لا استطيع أن أقول كيف ولماذا .. لا استطيع أن أمسك عليهم شيئاً .. لا استطيع أن اشير إلى عرض بعينه .. اى لا استطيع إطلاقاً أن أدينهم بانهم مرضى .

من خبرتى أرى أن علاقاتهم ببعضهم البعض غير طبيعية وايضاً علاقتهم بالمريض وعلاقتهم بالحياة وبالناس .

●● واقف حائراً .. واقول سبحان الله .. واقول

بالعجز العلم عن أن يصنف كل الناس وأن يفسر كل سلوك .

●● والأمثلة التى صادفتها والتى يحتفظ بها فى ذاكرتى لاحد لها .. وبعضها من الغرابة بحيث لا تصدق .. ومن كثرة ما شاهدت وما سمعت استطيع أن أقول أن هؤلاء الناس يمثلون مجموعة خاصة لم يصل العلم بعد إلى تحديد أمر معين بشأنهم ، ولكننى استطيع أن أقول أن بهم قدراً من الاضطراب العقلى أو أن بهم ما يسمى بالمرض العقلى الخفى أو الكامن والذى يتبدى فى صورة سلوك غريب عن المألوف وغير المتوقع وفى صورة أفكار غريبة وتفاعل غير صحى مع الناس بصورة المنطق المتفق عليه وبصورة الانفعال الطبيعى الذى يتلاءم مع طبيعة الموقف .

●● فهذا الإنسان الذى لا يبدو عليه أى مظاهر للمرض باستعراض جزء من حياته أو بمعايشته أو مراقبته فى مرحلة ما ، أرى أن به نقصا شديدا فى درجة الاستجابة الوجدانية يتبدى فى عدم اهتمام بمصيبة أصابت شقيقه مثلاً أو كارثة ألمت بجاره أو حادثة مؤلمة تعرضت لها زوجته .

نجد فى مثل هذه المواقف الصعبة استجابة محدودة ولا تنم عن اى تعاطف او حزن او استعداد مخلص للعطاء إذ يبدو الأمر وكانه لا يعنيه كثيراً او يبدى قدراً محدوداً من التفاعل ويقدم قدراً اقل من المساعدة .

وهناك اسرة باكملها او عائلة كبيرة بمعظم افرادها لديها هذا التجمد فى العواطف .. ومن الصعب طبعاً ان نقول ان افراد هذه الأسرة أو هذه العائلة الكبيرة مرضى .. وإذا تابعت علاقات هذه الأسرة انزعجت لهذه البرودة القاسية التى تميز علاقاتهم بعضهم ببعض وكانه لا تربطهم ببعض اى صلات .. وكل منصرف إلى حاله الخاص وكانهم الغرباء فى مكان واحد يجمعهم باجسادهم فقط .

●● الحظ ذلك فى تلك القسوة البالغة من الأب على ابنه المريض .. فبالرغم من شدة الأعراض ووضوحها على الابن ، وبالرغم من نصيحة الطبيب بالرفق فى معاملته إلا أن الأب يصل به الأمر إلى حد تجريح ابنه واتهامه فى كل وقت بالجنون .

هل هذا سلوك طبيعى من الأب ان ينعت ابنه بالجنون والذى يعالج فعلاً من المرض العقلى ؟؟
الافتراض الطبيعى أن الأب فى هذه الحالة يحاول أن يبث الثقة فى نفس ابنه ويساعده على الشفاء وان يجعله يرى نفسه ويشعر بذاته كإنسان سوى .

●● وتلك الأم التى يتفق معها الطبيب على أسلوب معين فى علاج الابنة المريضة بالفصام حتى لا ترفض الابنة العلاج .

والافتراض الطبيعى أن يكون هذا الأمر سراً بين الطبيب والأم . ولكننا نرى الأم تحكى عن هذا الاتفاق السرى لابنتها وكانها تحثها على الامتناع عن العلاج .

●● وتلك الأم التى تحظى بمكانة اجتماعية وثقافية عالية ثم اجدها توجه اقسى الوان السباب لابنتها المريضة .. واحياناً توجه إليها سباً ينعتها بصفات جنسية شاذة .. هل هذه الأم طبيعية . ؟ إنها طبيعية أمام كل الناس وفى عملها ولا يبدو عليها اى أمر غير طبيعى .. ولكنه امر غير طبيعى وغير مفهوم أن تسب أم ابنتها وتتهمها مثلاً بانها داعرة .. وكما

قلت هى أم متعلمة وذات مستوى اجتماعى رفيع والأسرة محافظة .

●● والتراشق بالسباب الذى يحمل معانى جنسية منتشر بين بعض الأسر .. قد يكون هذا متوقعاً لدى مستويات اجتماعية معينة ولكن يكون أمراً غريباً إذا كانت أسرة تتمتع بمستوى اجتماعى ثقافى متميز .

●● والأفكار الغريبة التى تقترب من الضلالات المرضية قد تسيطر ليس على شخص واحد من أفراد الأسرة بل على معظمهم ، فيتخذون موقفاً خاصاً من الآخرين مبنى على الشك وعدم الثقة وافتراض سوء النية والتوقع السيىء .. وينغلقون على أنفسهم .. يقطعون معظم صلاتهم بالعالم الخارجى .. وإذا كان بينهم مريض عقلى فعلاً فإنك لا تجد فرقاً كبيراً بين طريقته فى التفكير وبين طريقتهم .. بل قد يصعب أن تحدد من هو المريض بينهم .

فبعض أفكار المريض يحملها أو يوافق عليها بعض أفراد الأسرة .. وكأن الأفكار المرضية وغير المعقولة معدية أو كأنه وباء أو الوراثة وقد تبددت بدرجات مختلفة ، فأحدهم مريض والباقى لديه

الاستعداد والبعض فى طريقه إلى المرض أو هو نصف مريض إذا جاز هذا التعبير .

●● وبعض الأفكار والمفاهيم السائدة فى مستوى اجتماعى معين قد تطبع أفكار الأسرة بهذا الطابع الذى يبدو مرضياً .. فيؤمن مثلاً جميع أفراد الأسرة بأن الأشباح تزور مسكنهم ، أو أن الجن له تأثير مباشر عليهم ويتدخل فى حياتهم .. أو أنهم يقعون تحت تأثير السحر بفعل أعداء الأسرة .

●● وإذا كان هذا أمرا يمكن إرجاعه لعوامل اجتماعية ، فإن القلق الزائد (الموروث) قد يكون صفة زائدة لدى أسرة بأكملها حيث تصبح حياتهم جميعاً مشحونة بالتوتر والخوف والهواجس والوسلوس والمبالغة والحساسية الزائدة .. ويتعذب كل منهم من أجل الآخر إذا صادفته مشكلة مهما كانت بسيطة .

●● وقد تصادف أسرة جميع بناتها لم يتزوجن رغم توافر كل الإمكانيات والظروف التى تتيح الزواج الطبيعى .. وقد تصادف أسرة جميع أبنائها يواجهون صعوبات فى حياتهم الزوجية ، وإذا سألت

زوجات هؤلاء الأبناء وجدت أن شكواهن تكاد تكون واحدة أو متشابهة .

●● وقد تجد الغرور الزائد أو البخل أو النرجسية منتشرة بين أكثر من فرد من أفراد الأسرة الواحدة .. وأيضاً السلوك العدواني العدائي قد يكون سمة أسرية وليست على مستوى فرد واحد فقط .

ومن ملاحظة بعض الناس على مدى طويل والذين يتميزون بالغرور وبالتعالي والتعامل بأسلوب غير لائق مع الآخرين وجدت أن بعضهم يقع فريسة المرض العقلي ، وكان الغرور أو العدوانية كانت تخفي المرض العقلي أو هي بعد مظاهره المبكرة ، أو هي سمة في شخصية لديها الاستعداد أو هي عرض مرضي مخفف .

إن بعض الناس الذين يتسمون بالغرابة وتشعر معهم بعدم الارتياح وخاصة في جمودهم الوجداني وعدم القدرة على الاقتراب منهم أو في تعاليهم أو في عزلتهم . هؤلاء الناس يصاب بعضهم بالمرض الفعلي عند التعرض لضغوط معينة أو في مرحلة معينة من العمر .

●● واحد أوجه الغرابة عند بعض الناس هو سيطرة فكرة ومشاعر الانتقام بصورة بشعة إذا شعر بإحباط أو تعرض لفشل فى علاقة .. وقد يكون هو المسئول عن هذا الفشل ولكنه يتصور أو يعتقد خطأ أن الطرف الآخر يجب أن يدفع الثمن .. ويكون الانتقام قاسياً إما بالقتل أو التشويه أو قد يخرب حياتها ويخبر زوجها او خطيبها (الذى يتصور أنها تركته من اجله) بقصته معها .

إن الانتقام بقسوة يعنى خللاً خطيراً فى الشخصية او العقل ، وان هناك مرضا خفيا او مرضا على وشك الظهور .. القسوة الشديدة قد تكون من سمات الشخصية السادية او الشخصية السيكوباتية ولكن فى هذه الحالة التى أحكى عنها لا توجد سمات أى من هاتين الشخصيتين .. بل هو شخص هادىء رزين يبدو متكيفاً من جميع الأوجه الاجتماعية ، ودخل فى علاقة مع إنسانة واستمرت هذه العلاقة سنوات ، وحين ارادت ان تنهى هذه العلاقة بالزواج لم يستطع هو ، فقررت هى الانفصال عنه والارتباط بإنسان تقدم لها .. وانهار صاحبنا

وجاءته فكرة الانتقام البشع .. واستعاد توازنه وشفى من انهياره ولكن بقيت فكرة الانتقام والتى نفذها بأقسى الصور .. هذا الإنسان له تاريخ مرضى عائلى أى أصيب أحد من أقربائه بالمرض العقلى .. وبعد سنوات قليلة ظهرت عليه هو أعراض المرض العقلى بوضوح .

●● والتعلق العاطفى الشديد قد يكشف عن ثقب خطير فى الشخصية أو العقل .. هذا التغلق الذى يستولى على الشخص تماماً ولا يستطيع الاستغناء عن الطرف الآخر الذى يصبح محور حياته ولا يفعل شيئاً إلا أن يدور حوله وان يبقى بجانبه .. وقد تكون علاقة بلا هدف أو بلا أمل محدد ويبذل فيها أحد الطرفين كل ما عنده (الطرف المتوقع أنه غير سوى) وقد تستمر هذه العلاقة سنوات بنفس النمط والأسلوب ، ولا يستطيع أحدهما أن يتجاوب فى علاقة آخر ويفشل إن حاول .

إنها حالة من الاعتمادية العاطفية التى يتحقق فيها نوع أو قدر معين من الراحة والطمانينة وزوال القلق وزوال الإحساس بالخطر .. إن أحداً من طرفى العلاقة أو كلاهما لا يستطيع الدخول فى علاقة

طبيعية مع الآخرين حيث يشعر دائماً بالتهديد وينتابه القلق المفزع المهلك .

●● وكذلك التعلق العاطفى أو التطرف فى الإيمان بفكرة معينة أو عقيدة سياسية يكشف عن نفس الثقب فى الشخصية أو فى العقل .. ولذا فالمتطرفون مرضى أو نصف مرضى أو هم على وشك الإصابة بالمرض .. أى المرض يكون كامناً ومختفياً وتتبدى بعض مظاهره فى هذا التطرف الشديد والميل المطلق فى اتجاه معين .

ومن ملاحظاتى الشخصية أن المنجذبين بشدة إلى اليمين أو إلى اليسار إلى حد التطرف والتعصب والعنف ليسوا أسوياء .. والتطرف الدينى قد تكون له أسبابه العاطفية والموروثة والفطرية والاجتماعية ، وقد تكون له بواعثه السياسية القومية أيضاً ولذا فنسبة غير الأسوياء من بين المتطرفين دينيا أقل بكثير من نسبة غير الأسوياء من بين المتطرفين يسارياً .. فالتطرف اليسارى هو الارتباط بفكرة إلى حد الذوبان والتوحد معها .. وهذه الفكرة جاءت من عند شخص ، أى هى اختراع بشرى والتف من حولها حزب ثم حاول نشرها

وترويجها بين بقية البشر .

ولذا فالارتباط الهوسى بهذه الفكرة امر غير مفهوم يحتاج إلى دراسة علمية عميقة ومتانية وتشمل أعداداً ضخمة من اليساريين وشرائح مختلفة ومن دول متعددة .. دراسة تعتمد فى نتائجها على الدلالات الإحصائية ، وليس على الانطباعات الشخصية الإكلينيكية .. دراسة عنوانها : « اسباب انجذاب غير الأسوياء إلى الفكر اليسارى » .. إلا اننا لا نستطيع ان ننكر اهمية الانطباعات الشخصية والإكلينيكية والتى تسبق دائماً الدراسات الموضوعية المعتمدة على المعادلات الإحصائية فى تقييم النتائج .

وعموماً فإن الذين لديهم الاستعداد للمرض العقلى يميلون إلى الارتباط بالأفكار الغريبة والشاذة والغامضة ، وينضمون إلى الجمعيات السرية والتى تعمل من تحت الأرض .. ويكون لديهم قدر كبير من التعالى والعدوانية والتحفز والحساسية والشعور بالاضطهاد والثقة الزائدة بالنفس والتى تخفى وراءها بناء مخلخلاً وثقوباً مسدودة بقش سرعان

ما تنهار بفعل الضغوط والتى ينبثق منها المرض العقلى بوضوح وغالباً يكون من النوع البارنويد .

●● وبعض الدراسات المدققة قد اوضحت فعلاً أن المريض العقلى هو نتاج اسرة مريضة او هو عرض لمرض هذه الأسرة .

والحديث كثير عن الأم الباعثة على الفصام .. ولا نستطيع أن نقول ان هذه الأم هى سبب إصابة ابنها بالفصام ولكن ثمة ارتباط وعلاقة .. فهى الأم التى تجهض إمكانيات ابنها كرجل منذ طفولته حيث ترتبط به ارتباطا وثيقاً إلى حد التلاصق منذ صغره وحتى أن يصير رجلاً .. تسيطر على طريقة تفكيره وأسلوب حياته وتتدخل فى كل صغيرة وكبيرة ولا تترك له مجالاً لحرية الاختيار أو بناء رأى شخصى أو اتخاذ موقف .. دائماً تلازمه فى معظم خطواته ولا تترك له فرصة بناء شبكته الاجتماعية التى يتحرك فيها بإرادته ، ويصير هو معتمداً عليها فى كل حياته لا يستطيع الاستغناء عنها .. يلعنها ويحبها يريد الهروب منها ويريد الذوبان فيها ، يتمنى أن تموت ويرتعب من فكرة أن تغيب عنه ..

وعندما يمرض تزداد التصاقاً به ويجد الطبيب النفسى صعوبة بالغة فى فض هذا التلاحم الذى يعوق تقدم العلاج فى المسار الصحيح .. والأب هنا شخصية ضعيفة هامشية غير مؤثرة ، قد تم إجهاض رجولته من بعد زواجه من هذه السيدة .

هذا الابن المريض بالفصام قد ينقلب ضد هذه الأم فى لحظة ما ويقتلها بالرغم من تعلقه الشديد بها وذلك حين يشتد ضغطها ، فهى أيضاً دائمة النقد والتوبيخ والتجريح له .. دائمة التانيب واللوم .. وهذه صفة موجودة فى معظم اسر مرضى الفصام .. فمريض الفصام قبل أو بعد إصابته بالمرض يكون محطا باللوم والتانيب والمحاسبة والنقد .. هكذا تفعل امه دائماً وأحياناً يكون معها الأب .. ويكون هذا التعامل مع بقية الناس .. اى يصبح أسلوب حياتهم قائما على لوم ونقد الآخرين .

●● والدراسات العلمية اكدت بما لا يدع مجالاً للشك ان مريض الفصام ينتكس وتعاوده الحالة فى وقت قريب من بعد شفائه وخروجه من المستشفى إذا عاد لأسرة تتسم بهذا الأسلوب فى التعامل القائم على النبذ والنقد واللوم والتانيب والتجريح .

●● والتعاسة فى الحياة الزوجية او فشلها تماماً يكون أحياناً بسبب وجود طرف لديه اضطراب خفى يتبدى فى صورة حساسية زائدة أو عدوانية أو شعور العداء المسيطر أو التبلد الوجدانى أو الشك وسوء الظن أو عدم القدرة على الانتماء والتوحد فى العلاقة الزوجية أو الأنانية الشديدة والنرجسية والغرور والتعالى .

فالزواج يحتاج إلى وجدان نشط يتيح لكل طرف القدرة على الاقتراب الإنسانى إلى درجة قريبة من التوحد والذوبان تحقق الإحساس بالطمأنينة والاستقرار للطرف المقابل .

بعض الناس ليست لديهم هذه المقدرة .. لا يقومون على هذا الاقتراب ولذا يستشعر منهم الطرف المقابل الابتعاد والجفوة والبرودة ، وبذلك لا تتحقق الطمأنينة والاستقرار .

هذا الزواج معرض للفشل .. وإذا كانت هناك مقومات أخرى لاستمراره مثل وجود الأطفال أو لسعة صدر أحد الطرفين فإنه يستمر ولكن تشمله التعاسة وعدم الإشباع .

●● بعض الناس لا يصلحون للزواج .. وإذا تزوجوا فإنهم معرضون للفشل .. والفشل يتكرر إذا حاولوا أكثر من مرة .. ونجاحهم أى استمرارهم فى الزواج ليس نجاحاً حقيقياً بل هو مجرد استمرار الزواج على حساب الطرف الآخر .

●● واتخاذ القرارات المفاجئة غير المتوقعة والغريبة قد تكون مؤشراً لاضطراب خفى .. كالطلاق أو الزواج أو الهجرة أو تغيير طبيعة العمل أو شراء أو بيع شىء ما ، أو مقاطعة صديق أو حبيب لأسباب غير واضحة تماماً .. قرار يجد الآخرون صعوبة فى فهم أسبابه ودوافعه وفى الغالب يكون قراراً خاطئاً أو ظالماً أو يتسبب فى مشاكل خطيرة تعود على صاحب القرار وعلى القريبين منه والذين يتأثرون بشكل مباشر بهذا القرار والذى يفاجأون به والذى كان يجب مشاورتهم فى الأمر .

● ● ●

●● وهناك العديد من الأمثلة تحكى قصصاً غاية فى الغرابة عن إناس يعيشون بيننا ولكننا لا نستطيع أن نفهم كيف يفكرون ، كيف يسلكون ،

كيف يشعرون ، كيف يرون الناس ويتفاعلون معهم ، كيف يتخذون قراراتهم .

- إناس نشعر بمسافة سحيقة تفصلنا عنهم .. فهم الغرباء أو نحن الغرباء .. ليسوا منفصلين عن الواقع مثل المرضى ولكنهم غير اسوياء .. يتسببون فى تعاسة وشقاء للقريبين منهم ، ولكن احداً لا يستطيع دفعهم للعلاج لان الطب النفسى ذاته مازال عاجزاً عن تفسير هذه الحالات التى لا تعانى مرضاً باعراض محددة ولكنها تسلك احياناً أو فى كل الوقت بطريقة اشد غرابة وشذوذاً من سلوك المرضى .

- انهم إناس لديهم ثقوب فى العقل ولكنها مسدودة بقش .

● ● ●

الفنـــون

جنـــون :

فنـان مجنـــون

.. عبقرى شاذ

ما اغرب الفنان .. أهو مجنون أم نصف مجنون أم لديه جنون كامن غير مرئى ..؟ أم هو إنسان لديه اضطراب جسيم فى الشخصية يجعله يبدو شاذاً غريب الأطوار ، غريب الطباع ..؟ هل إمكانياته الإبداعية الخلاقة ترتبط بمدى غرابة سلوكه وأسلوب حياته ..؟ اى عقل يملك واى مخ يشع منه تلك المقدرة النادرة على الرؤية النافذة والتخليق الجديد !!

ولا احد يستطيع ان يدعى ان الفنان الأصيل إنسان عادى كسائر البشر .. فهو بكل تاكيد يعانى إضطراباً ما .. خللا ما فى الجهاز العصبى أو الجهاز النفسى .

والسؤال الذى يمكن ان نطرحه فى البداية وببساطة :

هل لأنه غير طبيعى أو غير سوى صار فناناً ، أم لأنه فنان فصار غير سوى .. ؟

واتصور ان الإجابة على الشق الأول من السؤال سهلة .. فليس كل غير الأسوياء فنانين .. ولم يشتهر قول يفيد بتوقع ان فلانا سيصبح فنانا لإنه غير سوى فى تفكيره او سلوكه .. اى لم تكن غير السوية

النفسية أو العقلية أحد مؤشرات توقع إصابة انسان بداء الفن .

اما الإجابة على الشق الثانى من السؤال فصعبة .. فحقيقة ان معظم الفنانين تبدو عليهم مظاهر غير سوية ، إلا أننا لانستطيع أن نقول ان داء الفن من مضاعفاته داء العقل ، إذ ليس لدينا دليل يثبت ان هناك علاقة سببية .. ولكن لدينا الدليل الأحصائى من خلال الدراسات الاكلينيكية الذى يثبت انتشار السمات غير السوية بين الفنانين المبدعين والتى تتكاثر عند بعضهم إلى حد دمغهم باضطراب معين فى الشخصية ، وعند البعض الآخر تكون هذه السمات كالأعراض التى تشير إلى مرض معين .. ولنستعرض بعض هذه السمات :

● التقلب المزاجى هو إحدى السمات البارزة والرئيسية .. إنه تقلب حاد من النقيض إلى النقيض .. تقلب بلا مقدمات وبلا أسباب .. وليس تقلبا تدريجيا مثل التحول من الليل إلى النهار ، ولكنه تقلب سريع يتم فى لحظة .. فمن قمة السرور إلى قمة الحزن ، ومن قمة الانشراح إلى قمة الانقباض ، ومن قمة اليقين والثقة إلى قمة الشك .

إيقاع سريع يبدو مجهداً ومعذباً ، ولكن يبدو أن الفنان يحتاج إلى هذه التقلبات السريعة من انفعال إلى انفعال وذلك كعلاج لنفسه الضجرة غير المطمئنة غير المستقرة .. فالتقلب هو العلاج المؤقت لضجره .. وضجره يأتى سريعا .. هى نفس حائرة هائمة ضالة متجولة فى ربوع الحياة تبحث عن مستقر ولكن هيهات ، وتحط فوق مكان جميل سرعان ما تسأمه ، وتمسك بيد إنسان حبيب وسرعان ما تمله ، وتركن إلى اقتناع ورأى وفكرة سرعان ما تستخفها ، وتسعى بشوق إلى مرفأ ليكون المحطة الأخيرة فى رحلة مجهدة وشاقة .. لكن سرعان ما تتمرد عليه هاربة شاردة .

صمت وصخب ، نور وظلام ، حماس وانطفاء ، حب وكراهية ، قرب وابتعاد ، صعود وهبوط ، أمل ويأس طمأنينة وخوف ، سلام وعدوان .

●● الاستقرار على حال واحد يميت الفنان .. إنه مولع بالحياة ولابد أن يتجرد شغفه بها ، وهذا التعاقب السريع فى الانفعالات يجعله يعيش لحظة جديدة فى كل لحظة .. أى تصبح كل لحظاته جديدة .. والانتقال من النقيض إلى النقيض يحمل

فى طياته قوة واشتعالا واندفاعاً واندهـاشاً وانبهاراً .. ان عقله يحتاج إلى وقود مختلف ، ونفسه تحتاج إلى شحن خاص ، واعصابه تحتاج إلى توتر من نوع خاص وبدرجة معينة ، وروحه لابد ان تجوب نواحى غير معروفة .. ووجدانه لابد ان يستشعر احاسيس من نوع خاص وبدرجة خاصة من الالتهاب ، واخيراً فكره لابد ان يمسك بافكار لم يسبقها احد .. الفنان تركيبة فكرية وجدانية حسية من نوع خاص غير معروف أو غير مألوف فى قواميس علم التشريح والفسيولوچى وعلم النفس .

●● لكى يمسك بقلم أو بفرشاه أو باوتار عوده .. لكى تنطلق حنجرته أو لكى يتقمص شخصية معينة ليجسدها .. لكى يفعل اى من ذلك فإنه يحتاج إلى حشد انفعال خاص إلى اعلى درجة .. ثم يعود هذا الانفعال ويهبط ثم ينقلب إلى نقيضه .

إن هذا التقلب والتعاقب الإنفعالى الحاد والسريع ليس فقط سمة من سمات الفنان بل هو احتياج اصيل لكى يبدع .

وهذا يجعله يبدو شاذاً وغريباً .. هذا يجعل الاقتراب منه مخاطرة نفسية عواقبها مؤلمة .. هذا

يجعل الحياة معه صعبة ومقلقة بل ومزعجة إلى أقصى درجة .. أن سلوكه ينزع إلى كل ما يثير ويزكي ويشعل احتياجه إلى الانفعالات الحادة المتقلبة ، ولهذا قد يعشق المقامرة ولاشيء يغذى القلق ويوتر الإعصاب ويشحن الوجدان ويوقد العقل قدر المقامرة .. انها الإثارة المشوقة الممتعة المقلقة المعذبة المؤلمة المبهجة المحزنة .

ان كثيراً من الفنانين مولعون بالمقامرة إلى حد الهوس الجنونى يسعون إليها كما يسعى المريض إلى دوائه .. فالمقامرة بالنسبة للمقامر دواء لتلك النفس الشقية التى تحتاج إلى شحن مستمر لعواطف متغيرة لانها نفس ملولة وضجرة مصابة بداء الاستسخاف بكل الأشياء إذا لم يكن هناك المثير القوى المتجدد المتغير .

●● ولأن النهار روتين معروف مكشوف معتاد فإن الليل يمثل سحراً مبهماً يثير الأخيلة ويحرك الافئدة ويشحذ النفوس ويطلق العقول .. ولهذا فالفنان يحب الليل ويعشقه ويعيشه .. وارتبط الليل باللهو .. واللهو حركة وإثارة وبهجة ونشوة تبعث على الأحساس باللذة ، وعلب الليل تموج بكل هذه

المعانى .. ولهذا يسعى الفنان إلى الملاهى ويعشقها ويدمنها ويقضى بعض وقته فيها وتسلط الأضواء عليه فيضوى ما تحلى به من احجار والوان تكشف عن حبه للموضة .

إن الفنان مولع بالموضة لأنها الجديد ، ولأنها الانبهار ، ولأنها الجراة ، ولأنها الإثارة ، ولأنها الخروج عن المالوف ولأن من يتبعها يصبح متميزا وفريدا .. ولهذا فمظهر بعض الفنانين يكون شاذا لافتا للنظر .. وذلك جزء من حبه للظهور وجذب الضوء إليه والتمركز فى وسطه ليكون محور الاهتمام مستعينا بقدراته الخاصة على الفتنة والاغراء وجذب القلوب إليه وتحريك العيون نحوه .. إن ذلك كله مبعثة حاجته إلى الادهاش حتى ولو كان بالشذوذ وليس فقط بالتفرد .

●● والخمور والمخدرات تلبى بعض الاحتياجات النفسية للخروج عن الواقع والانجراف ناحية حالة مزاجية تتسم بالمرح والإثارة والهياج والاندفاع او حالة مزاجية اخرى من نوع مختلف تتسم بالاحسلس بالطمانينة والنشوة الصامتة والحركة اللذيذة .

ولذا فإن اكثر الناس إقبالا على هذه المواد المخدرة والمسكرة هم الفنانون .. وهذا الانغماس قد يدفع بالبعض إلى مراحل الادمان حيث لايمكن الاستغناء عنها إلا بالعلاج .

●● وبدون المخدرات أو المسكرات فإن حياة بعض الفنانين قد تتسم بالاندفاع الشديد فى أشياء بعينها بعضها قد يكون ضاراً مثل الاندفاع فى علاقات متعددة أو التبذير المتلف أو الوقوع في تناقض مستمر مع القانون .. ويبدو سلوكه أحياناً كالطفل مع التمركز الشديد حول الذات ، وقسوة شديدة تصل إلى حد السادية المرضية وخاصة مع من يحب .

واجتماع السادية والنرجسية معا فى شخص فنان تجعله انانياً ومتسلطاً ومستبدا .. ولهذا فلا يطيق ان ينافسه أو يتفوق عليه أحد وينهال بالمعاول على من يزاحمه .. تضخم الأنا يجعله حاسدا مغتابا .. دائم الشكوى ، سريع الحساسية وسريع الشك فى نوايا الآخرين ، وسريع الغضب والعدوان إذا مسه أحد .

●● إنه الزهو الشديد الذى يجعله يضع نفسه

فوق مستوى البشر (وقد يكون ذلك حقاً) ولولا هذا الزهو لما استطاع ان يمسك بالزمام ويسيطر على الموقف ويبدع ويثق فيما يبدع على إنه الأجمل والأحسن والأجدر .

وحب الظهور مرتبط برغبته في أن يعرض ما يبدع على الآخرين والنقاد ليصفقوا له وليقول لهم انظروا كم أن عظيم مبدع مضيف مجدد .. ان الزهو وحب الظهور من أبرز وأهم والصق والزم سمات الفنان .

●● ومن قمة النشاط إلى قمة الكسل حيث يمر بفترات خمول وتراخ وعدم القدرة على تحريك العقل والبدن ، ولعلها حالات من الاكتئاب ، بينما تكون الحركة النشطة حالات من الهوس .

●● ولأنه غير ملتزم بنظام الحياة وإيقاعها الذى نظم الناس حياتهم عليه ، فإن الفنان غير دقيق فى مواعيده على الإطلاق إلا القليل منهم .. إن اكثر ما يضجره الإيقاع الثابت او الالتزام بخطة ونظام محددين .. انه يريد ان يظل حراً منطلقا شريدا نشطا كسولا يعيش تناقضا واضحا بين فكره وحياته الخاصة .

●● ولهذا فالفنان أولا واخيرا هو إنسان متمرد

بمعنى الكلمة .. والفن هو التمرد على المعتاد والمألوف والثابت والمستقر .

●● والفنان قد يمر بحاله حزن طويله .. يعقبها حالة مرح طويلة ايضا .. اى ان الأمر ليس تعاقبا وجدانيا فائرا وسريعا وانما حالات متناوبة تستغرق وقتا ليس بالقصير تمتد شهوراً فى بعض الأحيان .

●● والحزن خمول وهبوط وإحباط وضعف وانزواء وتوقف وانطفاء .

●● والمرح نشاط وانطلاق وحماس وحيوية وانبهار واندهاش وإثارة وحركة واشتعال .

●● وفى الحزن يتوقف الفنان .. وفى المرح يسيل إبداع الفنان .. والطبيب النفسى الانجليزى الشهير سليتير الذى قام بالعديد من الأبحاث لدراسة العبقرية والفن ، اكد ان العبقرية لاترتبط بأى خلل او اضطراب عقلى ، ولكنه وجد ان بعض انواع الشخصيات تساعد على ظهور بعض القدرات ومن اهمها الشخصية الدوريةالتى يتارجح مزاجها بين الانبساطية والاكتئاب .. وهذا الراى ليس حديثا بل يرجع إلى عصر ارسطو الذى لاحظ ان معظم

السياسيين والفلاسفة والشعراء يميلون إلى المزاج المتقلب بين الاكتئاب والمرح .

ووجد سليتير ان الكثير من المؤلفين والموسيقيين كانوا يعانون من مرض الاكتئاب المتكرر .. وبعضهم كانت تنتابهم فترات مرح أو هوس بين نوبات الاكتئاب ، وان أروع انتاجهم كان فى هذه الفترات البينية ، بينما كان انتاجهم يقل أو ينعدم فى فترات الاكتئاب المرضية الشديدة .

● وصف الفنان الموسيقى ريمسكى كورساكوف كيف ان حيويتة الموسيقية تتضاءل فى حالات الاكتئاب .. كتب يقول « فى بداية شهر سبتمبر وذات صباح رقيق صحوت على تراخ شديد فى اعضائى مصحوب بضغوط على رأسى واضطراب فى افكارى .. وانتابتنى حالة من الخوف حتى اننى فقدت شهيتى تماما وفضلت العزلة واصبحت احاسيسى باردة تجاه الموسيقى وانشغلت ببعض الأفكار الدينية والفلسفية » .

ولكن يبدو أن هذه الفترات التى تبدو خاملة تشبه رقاد الطيور فوق البيض حتى يفقس ، ففى هذه الفترات يقوم المؤلف بالتجميع والتخزين والتى

تظهر بعد ذلك فى فترات الانتاج .. ويتضح هذا فى خطابات العديد من الموسيقيين التى كتبوها عن انفسهم وعن اعمالهم .

● يقول إلجار فى أحد خطاباته التى كتبها لصديق له وهو مكتئب « بالرغم من اننى هجرت الموسيقى فإننى احس انى مريض بها .. وأنى على اتصال بها كل الوقت »

●● وفترات الابداع الموسيقى عند إلجار كان يسبقها فترات اكتئاب حادة .. وفى سنة ١٩٠٧ مر إلجار بحالة اكتئاب شديدة أعقبتها فترة نشاط حاد انتج فيها سيمفونيتين وكونشرتو .. وهذا يؤكد ان إلجار كان مصاباً بمرض الاكتئاب والمرح الدورى .. فقد كان يصاب بفترات اكتئاب يشعر فيها بالحزن والمرارة واليأس ويتوقف فيها تماما عن العمل ثم يعقبها فترة مرح وسعادة ونشاط زائد تشهد له إنتاجا غزيرا .

● والمؤلف الموسيقى وارلوك كانت تجتاحه حالات اكتئاب حادة تستمر لعدة اسابيع .. كتب وارلوك خطاباً فى شهر يونية ١٩١٨ إلى صديقه كولن تايلور يصف فيه حالته قائلا : « انا حزين جدا ..

احس اننى تفتت .. اننى عقيم ولا جدوى منى ، فانا لا إستطيع كتابة ملحوظة موسيقية واحدة » .. وبعد شهرين من كتابة هذا الخطاب الف وارلوك فجاة عشر اغنيات فى أسبوعين .

●● ولقد كان الإكتئاب العقلى عند وارلوك عميقا وادى إلى انتحاره بعد ذلك .

●● والحالة النفسية للمؤلف الموسيقى تنعكس على اعماله وخاصة حالات الاكتئاب .. ففى الحركة السادسة من رباعية بيتهوفن اوبرا (١٨) التى ألفها بين عامى ١٧٩٨ و ١٨٠٠ والتى اسماها « الاكتئاب » توجد ستة اجزاء تتعاقب فى البطء والاسراع .. والأجزاء البطيئة تعكس جواً من الانقباض والكآبة ، والأجـزاء السريعـة تعكس جواً من المـرح والانتعاش .

هذه الحركة التى خلدت اسم الاكتئاب أو التى خلدها اسم الاكتئاب يتضح فيها حقاً تقلب الحالة الانفعالية ما بين الاكتئاب والمرح ، ولعل هذه الحركة توضح طبيعة الحالة النفسية لبيتهوفن والتى كانت تتسم بالدورية .

● وحالة روبرت شومان بلاشك هى أوضح الحالات التى تمثل التقلبات المزاجية ، وبالاصح فهو شخصية دورية مثالية .. ولقد وضح الطبيب النفسى سليتر برسم بيانى العلاقة بين تقلبات شومان الانفعالية وانتاجه .. ومن المثير أن هذا الرسم قد اظهر فعلا ان فترات الانتاج لشومان كانت تسبقها فترات اكتئاب طويلة .

● ومن المؤلفين الذين عانوا من الاكتئاب الذى حطم حياتهم وقضى على قدراتهم الابداعية .. الفنان ميلى بالاكريف الذى هجر الموسيقى فجاة وهو فى سن الرابعة والثلاثين وعمل كاتباً فى محطة سكة حديد وواتجه بشدة إلى التدين واستمرت حالة الاكتئاب عنده لمدة ٤ سنوات .. ويقال ان اليوم الذى قرر فيه ترك الموسيقى كان يوم احتفاله بذكرى وفاة امه التى ماتت وعمره عشر سنوات (هناك ابحاث حديثة تؤكد ان الإنسان يصبح اكثر عرضة للاكتئاب إذا فقد امه فى سن الطفولة) .

●● وشفى بالاكريف من اكتئابه فجاة واستانف الموسيقى حتى فرغ من أوبرا « تامرا » والتى كان قد تركها ناقصة حين داهمته حالة الاكتئاب ، ولكنه وقع

فريسة للاكتئاب والديون مرة أخرى حتى طرد من قيادة الفرقة الروسية .

● ومن الحالات المعقدة والتى كانت مجالا للعديد من الدراسات النفسية والتشخيصات المختلفة بين الأطباء هى حالة الموسيقار روسينى (١٧٩٢ - ١٨٦٨) .

فى سن السابعة والثلاثين كان روسينى قد أنهى تاليف ٣٦ أوبرا .. وفى عام ١٨٢٩ أنهى حياته كمؤلف أوبرالى .. وظل ثمانى سنوات صامتاً تماماً ثم عاوده بعض النشاط لمدة خمس سنوات ولكنه لم يستطع أن يقوم فيها بعمل كبير .

هذا التوقف المفاجىء لقدراته الخلاقة فسره شوارتز المحلل النفسى بأنه نتيجة لحالة الآسى والحزن العميق الذى اصيب بها بعد موت والدته فى عام ١٨٢٧ .. ولقد تجدد حزنه بعد ذلك بوفاة زوجته الأولى إيزابيلا كولبران بالرغم من انه كان منفصلا عنها عدة سنوات قبل وفاتها .. والغريب ان أم روسينى كانت مغنية أوبرا وكذا زوجته إيزابيلا التى غنت ما لايقل عن عشر أوبرتات لروسينى نفسه .

ويرى المحلل النفسى شوارتز ان روسينى كان يحمل لأمه عواطف متناقضة من الحب والكراهية ، وكان ملتصقاً بها التصاقا غير طبيعى فى حياته .. ومشاعر الحب والكراهية لديه منعته من ان يرثيها بطريقة صحيحة بعد وفاتها .. ويفسر رفضه للتاليف الموسيقى بعد ذلك على انه تعبير عن غضبه اللاشعورى تجاه أمه التى هجرته بموتها .

●● اما الطبيب النفسى ريبولى فيجزم ان روسينى كان مصابا بمرض الاكتئاب والمرح الدورى ، وكان شخصية انبساطية مكتز الجسم .. ويصف ريبولى حالته فيقول :

— إن حالة روسينى هى حالة اكتئاب مثالية تصلح لأن يتعلم منها طلبة كلية الطب الأعراض الحقة لمرض الاكتئاب ، فقد كان يعانى من هبوط تام فى المعنويات وانحطاط فى قواه الجسمانية وفقد قدرا كبيرا من وزنه لعدم رغبته فى الاكل .. ولقد عانىَ كثيرا منَ الأرق والخواطر الانتحارية وأصابه إحساس بانه فقير معدم لايصلح لشىء ولايستحق الحياة .. قابله مندلسون فى عام ١٨٣٦ وقال ان هذا الرجل مكتئب حقا .

●● والغريب انه بعد عام واحد من مقابلته لمندلسون عاوده نشاطه واستانف التاليف الموسيقى ، ولكن سرعان ما داهمه الاكتئاب مرة اخرى فى عام ١٨٣٩ وذلك عقب وفاة والده .

● ومن الأشياء الغريبة حقاً أن كثيراً من المؤلفين الموسيقيين توقفوا عن التاليف الموسيقى فجاة وفى سن مبكرة جدا دونما سبب واضح ودون وجود اعراض عقلية واضحة لديهم .. ومن هؤلاء بول دوكاس (١٨٩٥ ـ ١٩٣٥) الذى توقف فجاة وهو فى الأربعين من عمره ، ويقال انه فجاة ايضاً حرق جميع اعماله غير المنشورة والتى استغرقت منه عشرين عاماً من العمل المتواصل .

● وايضا الموسيقار سبيلوس (١٨٦٥ ـ ١٩٥٧) الذى كتب اشهر وآخر اعماله « تابيولا » وظل بعدها ثلاثين عاماً متوقفا حتى مات .. ويرى الطبيب النفسى لايتون ان سبيلوس كان محطماً بسبب عدم ملاقاته الشهرة والنجاح فى المانيا .. وكان قاسيا مع نفسه حاد النقد لها .. ومن اكبر الصدمات التى عانى منها هى موت صديقه الناقد الفنان كابلين .

● وحالة المؤلف الموسيقى الشاعر الرسام الفرنسى هنرى دوبارك (١٨٤٨ - ١٩٣٣) من الحالات المثيرة بالنسبة للأطباء النفسيين ، فقد جمع اعراضا كثيرة كالاكتئاب والوساوس .

●● أرسل دوبارك وهو فى سن الثانية والسبعين خطابا إلى ناشره يقول فيه : « إن كل مؤلفاتى الموسيقية كانت قبل سن السابعة والثلاثين وبعد ذلك توقفت تماما .

والبعض يرون ان ذلك بسبب ضعف بصرى وحالة الشلل التى اصبت بها ولكن ذلك غير صحيح على الإطلاق ، فقد شعرت اننى عاجز عن ان اكتب جملة موسيقية واحدة .

إن دوبارك كان مصابا بمرض الاكتئاب والمرح الدورى ، وتوقفه الموسيقى كان بسبب حالة الوهن والوساوس التى اصابته والتى دفعته فى مئات المرات إلى ان يمزق الأجزاء الأولى من أعماله التى كان يبدأ فيها .. ومن الأفكار الغريبة التى لازمته فكرة سيطرت عليه بان الطائر الذى كان يغنى كل صباح على شباك حجرته يمنع عنه الأفكار الموسيقية .. والعجيب ان كل هذه الاضطربات اثرت على انتاجه

الموسيقى فقط ولم تعق ابداعه الفنى فى الشعر والرسم .

● ومن اشهر الحالات المرضية واكثرها تفاقما ، حالة الشاعر والموسيقار الانجليزى ايفور جرنى (١٨٩٠ - ١٩٣٧) .

فصل جرنى من الجيش فى سنة ١٩١٨ بسبب اضطرابه النفسى .. وفى السنوات التى تلت خروجه من الجيش كتب اشهر اشعاره واغانيه حتى دخل مستشفى الأمراض العقلية فى سنة ١٩٢٢ ومكث فيها لمدة ١٥ سنة متتالية مات بعدها بمرض الدرن وكان تشخيص حالته فصاما اضطهاديا (بارنويد شيزوفرينيا) .

يقول طبيبه الانجليزى المشهور اندرسون : إن جرنى عانى من العديد من الانهيارات النفسية قبل دخوله المستشفى ، وانه عقب كل انهيار كان يقوم بتأليف عمل من الأعمال الكبيرة المشهورة .. وكانت بداية ظهور هذه الأعراض فى علم ١٩١٣ عندما كان فى العشرين من عمره وبدأت فى صورة نوبات متكررة من الاكتئاب ومحاولات الانتحار والتى كانت مقدمة لاصابته بمرض الفصام .

ولقد استمر جرنى فى التاليف الموسيقى حتى بعد دخوله المصحة العقلية وانعكست اعراض المرض على مؤلفاته وخاصة مشاعر الاضطهاد التى كان يعانى منها .. لم يكن هناك ترابط بين جمله الموسيقية ، وهذا يعتبر من الأعراض الرئيسية فى مرض الفصام وهو عدم ترابط الأفكار .

● ومن المؤلفين المؤكد إصابتهم بزهرى الجهاز العصبى هيوجو وولف (١٨٦٠ - ١٩٠٣).. ولقد ظهرت أعراض المرض على ودلف فجاة فى سبتمبر ١٨٩٧ حينما كان يعزف على البيانو وسط مجموعة من اصدقائه الذين دعاهم ليستمعوا إليه .. وفجاة ترك العزف واعلن على الحاضرين أن ماهلر مدير الأوبرا فى فينا قد اعفى من منصبه وانه تولى هذا المنصب الآن ، ولقد صدمت هذه الكلمات اسماع ضيوفه وتم نقله فورا إلى مصحة للأمراض العقلية .

ورغم ان الحالة ظهرت فجاة إلا انه كان واضحا ان وولف كان يعانى من اعراض زهرى الجهاز العصبى منذ عام وذلك من خلال الاضطرابات الواضح فى سلوكه وعدم ثباته وتقلباته الانفعالية .

والغريب ان وولف قبل دخوله المصحة بستة

اشهر كان قد انهى مؤلفه « الاغنيات الثلاث لمايكل انجلو » وذلك فى مارس ١٨٩٧ .

ويرى النقاد ان هذا العمل الذى كتبه وولف وهو تحت تاثير مرض اصاب مخه عمل غير متكامل إلا أنه فى نفس الوقت عمل مثير وتتضح فيه العاطفة الشديدة ولايمكن فهمه عند سماعه لأول مرة ويكفى هذا العمل لتخليد وولف .

● أما الموسيقى العظيم فاجنر فإنه من الصعب تغطية ابعاد شخصيته المعقدة .. إلا أن هناك إجماعا من جميع الأطباء النفسيين الذين درسوا تاريخ حياته بانه كان ذا شخصية هيستيرية تميل إلى النوازع الإجرامية .

والطبيب النفسى الانجليزى هندرسون صاحب اهم مؤلفات فى الطب النفسى يرى أنه شخصية إجرامية تتسم بالقدرة الابتكارية واعماله تعكس بوضوح ميوله الهسيترية المبالغ فيها .

ورغم الشيوع الشديد لأعماله إلا أن هناك البعض لم تكن تروق لهم ومنهم روسينى الذى وصف موسيقى فاجنر بانها « صلصة بدون طعام » .

وابرز سمات شخصية فاجنر هى الأنانية الشديدة والقسوة وعدم التهذيب وكان ذلك واضحا فى معاملته لزوجته الأولى وسلوكه الشاذ فى علاقاته بالنساء .. واجمعت عشيقاته انه كان شديد الانانية محباً لذاته وغير مهذب فى معاملته للنساء .. واتضحت قسوته الشديدة فى سلوكه العنيف مع زوج كوزيما فون والتى اصبحت فيما بعد زوجته الثانية ، فلقد شهر به ووصفه بانه زوج السيدة الخائنة رغم انه كان صديقه وزميل عمره .

وصفه هندرسون ايضا بانه كان يفتقد إلى المشاعر الإنسانية والتعاطف مع الآخرين ، وكان يتكلم بطريقة غير معقولة وسريعة وكان دائم الحديث عن نفسه وأعماله وخططه ، وإذا ذكر امامه اسم مؤلف موسيقى آخر .. فإنه كان لايتورع عن إهانته والتقليل من قيمته الفنية .

●● ويعتقد البعض ان هذه الأنانية الشديدة التى كان يتصف بها فاجنر بالإضافة إلى افتقاده إلى المشاعر الانسانية كانت هى ايضا بعض سمات المؤلفين الموسيقيين ذائعى الشهرة مثل بيتهوفن وهيوجو رولف وريتشارد ستراوس .

● ومن القصص التي توضح الجوانب الهستيرية في شخصية بيرلويوز سلوكه الدرامى المبالغ فيه حينما علم ان جبيبته قد هجرته إلى انسان آخر .. حينما عرف ذلك قرر انه يذهب إلى باريس ليقتل محبوبته وامها ثم يقتل نفسه .. وتنكر فى زى مديرة المنزل وحمل مسدسه واخفى زجاجة بها مادة الاستراكنين السامة التى قرر ان ينتحر بها بعد أن يقتل حبيبته وامها .

وخرج يتجول فى شوارع فلورنسا حتى وصل دون أن يدرى إلى نيس ، وهنا استعاد حواسه وعاد إلى وعيه ولم يعرف بعد مصير المسدس وزجاجة الاستركنين وعاد يستانف حياته ناسياً محبوبته الخائنة .

والتشخيص الطبى النفسى لحالة بيرلويوز انها حالة شرود هستيرى وهو مثل اى شخصية هيسترية انفعالية لفقدان خطيبته كان سطحياً لأنه سرعان ما نسيها بالرغم من الدراما التى افتعلها .. فالشخصية الهستيرية لاتنفعل ابعد من حدود جلدها .

● والوساوس وضحت سماتها على بعض اعمال المؤلفين الموسيقيين .. ومن اشهرهم انتون بركينير (١٨٢٤ ـ ١٨٩٦) الذى كان موسوسا دائما بفكره الموت ، وكان يعانى من رغبة قهرية فى العد ، إذ يجد نفسه مدفوعا لجمع أو طرح اى ارقام تقع عليها عيناه ، أو عد درجات أى سلم يصعد عليها ، أو عد كلمات صفحات كتاب يقراه وهكذا .. وكان يميل إلى تكرار اى شىء يفعله ويؤكد عليه .

ويقول الطبيب النفسى سليتر ان هذا ظهر بوضوح فى اعمال بركينير ، ففى بعض الاجزاء يلاحظ التكرار الشريد وإعادة نفس الجزء اكثر من مرة وبنفس الايقاع .

●● ويظهر هذا التكرار الملح فى اعمال انطونين دفوراك (١٨٤١ ـ ١٩٠٤) والذى كان يعانى ايضا من الوسوسة الشديدة والخوف من الأمراض والميل القهرى لغسل يديه عشرات المرات .

● وابرز مثال للشخصية القهرية الوسواسة هو إريك ساتى (١٨٦٦ ـ ١٩٢٥) الذى كان يعيش وحيداً فى باريس ، وبالرغم من فقره النسبى إلا أنه كان دائما يرتدى الملابس النظيفة وكان شديد الدقة

فى حركاته وكلامه .. شديد النظافة ، ويقضى أوقاتا طويلة فى الحمام .. ولم يسمح لأحد فى حياته بدخول حجرة نومه .. وحين فتحت هذه الحجرة بعد وفاته وجدت فى غاية النظافة والترتيب وكان دولاب ملابسه يحتوى على دستة بدل متشابهة فى اللون والطراز ، وكانت تبدو كالجديدة من شدة العناية بها .. وظهر هذا بوضوح على أعماله الموسيقية والتى وصفها أحد النقاد بقوله « إنك لا تشعر بأى فرق حين تعزف موسيقى ساتى من أى اتجاه ولا تشعر بأى فرق حين يختلف النظام أو التتابع الذى تعزف به الأجزاء التى تتكون منها قطعة معينة » .

●● والطبيب النفسى هو أكثر الناس إهتماما بالفن والفنان ، وذلك لأن فرع الطب النفسى يهتم بالإنسان كفرد متفرد .. كوحدة قائمة بذاتها .. كوحدة أو ككيان ذات صفات خاصة تميزه عن غيره .. أى الطب النفسى يبحث عن التميز والاختلاف .. يبحث عن الخصائص الفريدة والشاذة والغريبة والعجيبة .. ولهذا فإن الطب النفسى يهتم بدراسة

الفنان والعبقرى والشاذ والمتخلف عقليا والمدمن والمقامر والمجرم والقاتل .

ولعل الطب النفسى بذلك يختلف عن بقية العلوم التى تهتم بالكليات ويربط الاشياء بعضها ببعض وإيجاد العلاقات بينها ورؤيتها فى إطار يشملها جميعها ويربطها برباط واحد .

إن الطب النفسى يفصص الظواهر ويفتتها وينفذ من بينها إلى الأعماق والأغوار باحثا عن الصفات الشخصية جدا والسمات الخاصة جدا والملامح الذاتية جدا .. إذن هو يبحث فى الإنسان فرديته التى تميزه عن غيره .. وهكذا الفن أيضا .. وتلك هى الصلة الوثيقة الحميمة بين الطب النفسى والفن وبين الطبيب النفسى والفنان .

ولذا فإن مجموعة القيم التى يرتبط بها الطبيب النفسى وتحدد اسلوب حياته واسلوب ممارسته لعمله تختلف عن مجموعة القيم التى يرتبط بها اى عالم آخر فى مجال مختلف .. فالطبيب النفسى يهتم بالإنسان لذاته .. إنه يبحث عن مصادر الألم فى ذات الإنسان ويحاول ان يداويها من أجل سعادة الإنسان ذاته .

وهكذا الفنان ايضا .. فالقيمة الاساسية عنده هى معرفة الشىء فى ذاته ولذاته .. ولهذا فلا داعى لاكتمال الصورة ، فقد يهمل كل اللوحة الطبيعية التى امامها اى يغفل كل مكونات الطبيعة وينصب متاملا وساجدا ومتفحصا لورقة شجرة سقطت على الأرض .

إن هذه الورقة لها قيمة جمالية وعقلية منفصلة تماما عن كل ما حولها ، كما أن لها صفاتها وسماتها المتفردة .. اما عالم النبات فينظر إلى هذه الورقة من حيث هى جزء من كل ومن حيث اشتراكها فى مواد كميائية مع بقية النباتات .. ولذا فإن الواقع المرئى المادى أمام الفنان لايشغله كثيراً وإنما هو ينفذ منه إلى الواقع النفسى غير المرئى للأشياء .

وهكذا الطبيب النفسى لايقف عند السطح ولا يهتم بالشعور وإنما ينفذ إلى ما هو اعمق واهم ، إلى اللاشعور . والطبيب النفسى يفعل ذلك بحكم تدريبه ، بينما الفنان يفعل ذلك بطريقة تلقائية دون ان يعرف انه يغوص إلى اعماق وينفذ إلى الأغوار .

إن خياله يأخذه إلى رحلة داخل عقله ونفسه يجوب به ثنايا نفسه ، ولذا فالفنان لايصور الطبيعة

وإنما يصور نفسه التى توحدت مع الطبيعة .. انه - أى الفنان - يصور لنا الاشياء غير المرئية ، بينما الإنسان العادى لايرى إلا الواقع المادى المباشر من حوله .. ولذا فبوضوح شديد استطيع ان اقول ان كلا من الطبيب النفسى والفنان يتعامل مع الذات الإنسانية .. مع النفس البشرية .

ولذا فالفنان يعبر عن رؤيته الخاصة للعالم .. إنها وجهة نظر .. ووجهة النظر هذه ليست مرتبطة بحادث معين أو مجموعة أحداث .. وليست مرتبطة بشخص معين أو بعدة أشخاص ، وانها هى وجهة نظر نابعة من داخله وهم اشخاص يخرجون من داخله .. إذن الفنان له القدرة على ان يعلو على العالم الضيق الذى تفرضه عليه الرؤية المحدودة من خلال عينين مثبتتين فى الوجه .

●● وقد تبدو رؤية الفنان رؤيـة طليقة وبلا حدود .. وهذا غير صحيح .. إنها رؤية مرتبطة بجيله وبعصره .. مرتبطة بالناس الذين نشأ وعاش معهم .. رؤية مرتبطة بالمكان الذى تملت منه عيناه على مدى سنوات عمره .

ولذا فإننا إذا استعرضنا أى اثر فنى لفنان معين

فإننا نلحظ آثار مكان وزمان واشخاصاً عايشهم الفن ولكنه لايبرزهم كما هم لانهم اندثروا وتحولوا إلى معان فى داخله . وحين الخلق .. وحين الابداع فإنه يستعين بهذه المعانى ويعيد تخليقها إلى مكان وزمان واشخاص .. والغريب ان الكاتب الدرامى او الروائى صاحب عشرات المؤلفات يصور لنا عشرات وربما مئات الشخصيات .. فهل قابلهم جميعا .. هل عايشهم .. هل يصورهم كما رآهم وكما عرفهم .. هل تاثر بهم وتعاطف معهم جميعا .. هل وصفهم وكانه يرقبهم من بعيد ، مثل الرسام الذى يرسم موديلا ؟

الإجابة : أن هذا الفنان المبدع لم ير فى حياته كل هؤلاء الناس .. لم يقابلهم أو لم يصادفهم جميعا .. وحين كتب وأبدع لم يؤلف أبطاله من أجزاء يستمدها مما حوله إذ هو لايقوم بعملية ترقيع او جمع اجزاء تمثال مكسور ، ولكن هؤلاء الأشخاص الأحياء على الورق خرجوا من ذات تعمقت وتاملت ولاحظت وعاشت الواقع بأحاسيس نافذة وعقل واسع الادراك .. ولذا فإن ذاته تحتوى على ذوات

كثيرة .. وكل ذات توقظها نغمة معينة تصدر عن إلهاماته وإرهاصاته ، فإذا هى حين تسعى وتتحرك وتتالق وتخرج إلى مكان فى زمان ما وتعيش وتتفاعل مع الآخرين .

●● فى مرحلة سابقةعاش الفنان افكار وعواطف هؤلاء الأشخاص وكون ملاحظات واستخلص افكاراً ومعانى وتجارب .. ثم تجىء لحظة الابداع والرؤية الحديثة التى تجعله يعيش ويتفاعل ويتعاطف مع التجربة الإنسانية .. ذلك هو الحدث الفنى ذو الرؤية الأشمل والأكمل .. وما كان ذلك يتم لولا التعاطف .. لولا التوحد والانصهار مع الأشياء الخارجية .. انه - أى الفنان - عاش حياة هؤلاء الناس .. اكل مثلهم ونام مثلهم وانفعل بطريقتهم وفكر باسلوبهم وعانى وتامل وبكى مثلما بكوا ، وأيضا عانى وتالم وبكى من أجلهم .

الفنان يهب نفسه للطبيعة والناس فيسقط كما تسقط ورقة شجرة ، ويتفتح كما تتفتح وردة ، ويغنى كما يغنى عصفور ويئن كما يئن المجروح .. ان روحه وعقله وأحاسيسه وافكاره وكل ذرات كيانه مبعثرة فى الكون تمتص المعانى وتعود لتتجمع فى

كيانه ، وحين التجلى تتراقص المعانى فى مخيلته ويلبسها اشخاصاً وآهات وافكاراً .. وعلى قدر ثراء ذات الفنان وعلى قدر موهبته (الممنوحة من الله) يكون ثراء الحانه والوانه وافكاره ويشخاصه ..

إن رؤيته اشمل واعمق .. فهو كالطائر الحر الطليق الذى يحلق فى كل مكان ومن كل ارتفاع .. يرفض القيود والقوالب والاصنام والتخصصات والحواجز والقواعد .. لاينغلق عقله على فكرة واحده ، ولا ينحبس فؤاده فى عاطفة بذاتها ، ولا يتحيز لشخص بعينه .. لكل شىء عنده أهميته وقيمته وتفرده وخصائصه التى تميزه عن غيره .

وهكذا الطبيب النفسى ايضاً لايدين ولايتهم ولايتحيز ولاينتقد ولايهاجم ، وإنما لكل إنسان شخصيته وخصائصه وظروفه ولكل موقف أسبابه .. يرى الحياة بوجهيها سلبا وإيجابا .. قبحا وجمالا ، يرى الجمال فى قلب القبح ، ويرى الضعف فى قلب القوة لا تخدعه مظاهر الاشياء .. فالملاحظة الخارجية لاتبين إلا الظاهر وما بطن كان أعظم واقيم .

● ● ●

المطمئنات :

دع القلق

من أقراص القلق

●● إنها لقضية هامة تحتاج إلى ايضاح علمى مبسط ومباشر .. صادق وامين وذلك لأنها تمس ملايين من البشر فى كل ارجاء العالم وتمس حوالى مليونين من الشعب المصرى .

●● إنها قضية استعمال العقاقير المضادة للقلق ..

●● والتصدى لهذه القضيـة يحتاج إلى متخصص ، إذ لايجوز ولا يصح للهواة ان يدلوا برأى فيها .. والمتخصص لابد ان يكون عالماً ، اى قرا كثيراً او قرا كل ما كتب من ابحاث علمية متعلقة بهذا الموضوع ، وايضا ان تكون له خبرته المباشرة المتراكمة على مدى سنوات فى علاج المرض بهذه النوعية من العقاقير .. فكل كلمة تقال تمس الملايين من المتعبين الذين يعانون من مرض مؤلم .. هو مرض القلق النفسى ..

وكى نستطيع ان نقدر خطورة الموقف لابد ان نتعرف على بعض الحقائق المرتبطة بهذا المرض ..

● انه مرض منتشر للغاية .. نسبة انتشاره تتراوح ما بين ٥ ـ ١٠ ٪ من مجموع اى شعب ..

فإذا افترضنا أن تعداد الشعب المصرى ٥٠ مليوناً فإن هذا معناه انه يوجد فى مصر وحدها الآن ما بين ٢ - إلى ٥ ملايين مريض بالقلق النفسى ويحتاجون للعلاج الفعلى ..

● وهو مرض نفسى .. اى ان المريض مستبصر بحالته ومرتبط بالواقع ويعرف انه يعانى ويقاسى ويسعى طالبا العلاج ..

● ما هى معاناة مريض القلق .. مم يشكو ؟

إنه يعانى الخوف .. الخوف بلا سبب محدد .. إنه التوقع السيىء لمصيبة أو كارثة ستحدث ولكنه لايعرف ما هى ومتى ستحدث ومن اى مصدر ستهبط عليه ..

وهذا الخوف لا يأتى للحظات أو ساعات ويختفى ولكنها حالة دائمة من الخوف المبهم الغامض والتوقع السيىء والتحفز والتوتر وعدم الاستقرار وسهولة الاستثارة والعصبية والتشتت وعدم التركيز والنسيان والضيق والحزن وعدم القدرة على الاستمتاع باى شىء .. انه العذاب المستمر .. وحين الليل يستعصى النوم وتطارده الهواجس والأفكار

السوداء والوساوس حتى ينهك فينام لساعات قليلة ويستقيظ كأن لم ينم .. إنه مجهد ضائق الصدر مضطرب الخاطر ضعيف لايقوى على مواجهة أحد أو ممارسة عمل أو التركيز فى دراسة .. القلق النفسى هو شلل تام لحياة الإنسان .

● وقد يصاحب القلق النفسى كأحد اعراض الخوف من اشياء معينة وخاصة الخوف من الخروج إلى الشارع والتواجد مع الناس .

● وقد يصاحب القلق النفسى حالات من الرعب اى القلق الشديد والخوف إلى حد الذعر والعجز التام عن الحركة مع زوغان البصر والعرق الغزير ..

● والقلق النفسى يصاحبه اعراض جسدية كالصداع واضطراب الجهاز الهضمى اى صعوبة الهضم والحموضة والامساك أو الاسهال ومشاكل القولون وعدم انتظام ضربات القلب وصعوبة التنفس والمشاكل الجنسية واضطرابات الدورة الشهرية .. اى ان الجسد يقاسى مع النفس فى ذلك المرض المعذب ..

● واستمرار القلق يؤدى إلى مشاكل جسدية

دائمة كقرحة المعدة والاثنى عشر وارتفاع ضغط الدم او اضطرابات دائمة فى الجلد والشعر .. إلى آخر قائمة من الأمراض العضوية التى تصيب الإنسان بسبب توتره المستمر وتلك مجموعة تعرف باسم الأمراض النفسجسمية .

● وبعض حالات القلق النفسى (نصفها بالتحديد) تصبح مزمنة .. اى تستمر سنوات .. سنوات متصلة من المعاناة .. الاضطراب والخوف وعدم القدرة على مواجهة الناس والعزلة والتوتر والأرق ومشاكل الجنس والهضم والضغط .. اى صعوبة الحياة ..

●● ولاشك ان الإنسان عرف القلق منذ ان وطئت قدماه الأرض ..

﴿ لقد خلقنا الإنسان فى كبد .. ﴾

« صدق الله العظيم »

●● ومنذ القديم كانت هناك محاولات لعلاج القلق .. واقدم العقاقير التى استعملت هو الكحول .. عثر عليه الإنسان بغريزته وفطرته واكتشف انه يزيل قلقه ويرفع معنوياته ويجعله اكثر جراة بلا خوف

وبلا تردد منشرح الصدر ينام بسهولة ولكنه يصحو على صداع وغثيان .. ثم اكتشف انه بعد فترة من الاستعمال المتواصل كان عليه ان يزيد الجرعة حتى يحصل على نفس التاثير الطيب اى انه اصبح مدمناً .. واى زيادة قليلة فى الجرعة تجره إلى حالة من السكر وفقدان التوازن .. ومع الاستعمال المستمر لسنوات يتليف الكبد وتلتهب الاعصاب ويضيع البصر ..

●● وجرب الإنسان العديد من المواد فى حربه من القلق .. وكان لابد ان يبحث عن اى شىء يحارب القلق .. فالقلق عذاب .. القلق ضياع .. القلق خوف واكتئاب .. واكتشف الإنسان ايضا بفطرته وغريزته المخدرات .. الحشيش والأفيون ومشتقاتهما من الهيروين والكوداايين وكلها نباتات تخرج من الأرض ولها تاثير مهدىء ومضاد للقلق واحيانا مضاد للاكتئاب .. وجد فيها المريض بغيته ، واساء آخرون استعمالها للحصول على حالة مزاجية مرتفعة .. وايضا تعرض الإنسان التعيس للاخطار .. مضاعفات جسدية وإدمان .. الادمان بمعنى زيادة الجرعة

للحصول على نفس التاثير مع التعرض لأعراض قاتلة إذا تجرأ وحاول الامتناع عن التعاطى ..

●● ومن ٥٠ سنة اكتشف العلماء التاثير المضاد للقلق لمركبات الفينوباربيتون .. وهى مواد تستعمل اساسا لعلاج الصرع .. إلا أنها ايضا مضادة للقلق ولها تاثير السحر لجلب النوم للعيون المسهدة .. واستعملت (ومازلت تستعمل فى حدود ضيقة) لعلاج القلق النفسى وكمنومات .. إلا ان مشاكلها كثيرة واعراضها الجانبية متعددة والتخلص منها صعب .. اى انها ليست العلاج المثالى لحالات القلق النفسى المرضية .. فنحن نريد ان نعالج مرضا لا ان نتسبب فى حدوث مشاكل اخرى لصاحب المرض .. ولكنا ـ اقصد الهيئة الطبية ـ كنا مضطرين لاستعمال مركبات الفينو باربيتون لعلاج القلق النفسى لأنه لم يكن هناك دواء غيره .. وكلمة دواء هنا اقصد بها عقار مصنع بوسائل علمية ويستخدم تحت إشراف طبى لعلاج حالة مرضية ..

●● وجاء بعد ذلك اكتشاف مركبات المبروباميت وهى مواد مخلقة مضادة للقلق واكتسب هذا الدواء

شهرة كبيرة فى الخمسينيات من هذا القرن من الزمان نظراً لأن اعراضه الجانبيـة اقل نسبيـاً من الفينوباربيتون إلا انها ايضا تسبب قدراً ليس قليلا من الازعاج للمريض فى صورة تهدئة زائدة ، ومع الجرعة الزائدة يحدث عدم توازن حركى .. إلا انه دواء غير مميت اى مع الجرعات الحالية جداً لايؤدى إلى الوفاة ، ولذا ازاح من طريقه الفينوباربيتون حين بدأ استعماله لول مرة فى علم ١٩٥٦ .. ولكن واجهتنا نفس مشاكل الفينوباربيتون من حيث اعتمادية المريض عليه وصعوبة سحبه ..

●● إلى أن جاءت اعظم اكتشافات العصر فى اوائل الستينيات واستعملت لأول مرة المطمئنات الصغرى كعلاج للقلق النفسى .. والصغرى ليست اسم « الدلع » لهذه العقاقير ولكنه الاسم العلمى الموجود فى المراجع العلمية لأن هنك نوع آخر من المطمئنات يطلق عليه اسم المطمئنات الكبرى والتى تستعمل فى مجال الأمراض العقلية ..

●● والمطمئنات الصغرى لها اكثر من تاثير فعال ومفيد فهى أولا مضادة للقلق .. ثم هى تساعد على

النوم وايضا تؤدى إلى استرخاء العضلات .
وبعض انواعها تستخدم كمضادات للصرع ..

●● واشهر المطمئنات الصغرى مجموعة البنزوديازبين .. وهذه المجموعة تحتوى على العديد من العقاقير اشهرها الفاليوم .. ولايوجد دواء على وجه الأرض اكتسب شهرة مثل دواء الفاليوم .. وشركة الأدوية التى اكتشفته كسبت ومازالت تكسب البلايين من بيع هذا العقار .. ولايوجد عقار آثار ضجة حول استعماله مثل عقار الفاليوم .. ومازال الحوار العلمى دائراً حتى الآن حول مدى الأمان من الاستعمال المتواصل للمطمئنات الصغرى .. وهو حوار له اهميته لأن عدد المحتاجين لهذه العقاقير يعد بالملايين ويكفى ان نعرف ان بمصر وحدها من ٢ ـ ٥ مليون انسان ويحتاجونها حاليا ، وان هناك من ١ ـ ٢ ملايين يحتاجونها لسنوات ..

●● وسبحان الله فإن هذه العقاقير حين تصل إلى المخ تجد اماكن معينة اعدها الخالق لاستقبالها .. اماكن تعرف باسم مستقبلات البنزوديازبين .. اماكن تجلس عليها ولايستطيع اى عقار آخر أن يحتلها

لدواع طبية .. وبجرعة محددة .. ولمدة محددة تطول او تقصر .. والمريض لايزيد الجرعة للحصول على نفس التاثير .. ومع الجرعة العلاجية لاتوجد اعراض جانبية .. ولا توجد مضاعفات مع الاستعمال طويل المدى ..

وإذا اردنا ان نتعرف على المواد التى تؤدى إلى الإدمان فهى اساساً الكحول والأفيون ومشتقاته مثل الهيروين والكودايين .. ومادتى الامفيتامين والكوكايين تاتيان فى المرتبة الثانية ..

٢ ـ الحقيقة العلمية الثانية ان استعمال المطمئنات الصغرى لمدة طويلة قد يؤدى فى ٤٠ ٪ من الحالات إلى حالة تسمى الاعتماد .. وفرق كبير بين الادمان والاعتماد ..

●● فى الاعتماد يتعود المريض على ان يتناول جرعة ثابتة فى كل يوم .. ولكن المريض لايحتاج لزيادة هذه الجرعة .. بل يظل سنوات على نفس القدر .. والاعتماد لايسبب مشكلة بالنسبة للطبيب وهو يقرر العلاج بالمطمئنات .. لأنه يعرف ان هذا امر يمكن ان يحدث مع نسبة من المرضى الذين

يحتاجون للعلاج لمدة طويلة .. ولكنه إذا أراد أن ينهى علاج المريض بالمطئنات فإنه يستطيع ان يضع خطة للسحب التدريجى ..

٣ ـ اعراض الانسحاب : إنها اعراض تحدث إذا توقف المريض فجاة عن تناول العقاقير المطمئنة التى قررها الطبيب .. قد يتوقف عنها بناء على نصيحة طبيب آخر او بناء على نصيحة صديقه أو زميل او جار أو لأنه قرا خبراً فى الصحف عن اضرار المهدئات .. المريض هو الضحية فى هذه الحالة .. وهو الذى يعانى ، أما الذى أعطى النصيحة فلن يعانى شيئا إلا إذا أصيب هو نفسه فى يوم من الأيام بالقلق واضطر إلى استعمال المطمئنات .. وقتها سيعلم كم كان ظالما وجاهلا حين اعطى نصيحة بدون أساس ..

أعراض الانسحاب القاسية لاتحدث إلا عند التوقف المفاجىء .. أما التوقف التدريجى الذى ينظمه الطبيب لاتحدث معه اعراض الانسحاب ..

وأعراض الانسحاب مع التوقف المفاجىء عن تناول المطمئنات الصغرى تكون فى صورة قلق حاد

وهذه الهيئة الأمريكية من اهم هيئات العالم التى يعتد برايها العلمى ، إذ انها لاتصرح باستخدام عقار علاجى إلا بعد التاكد الكامل من سلامته وعدم خطورته على المدى القريب والبعيد بعد سلسلة طويلة من الأبحاث التى تستمر لسنوات طويلة وفى مراكز علمية معترف بها فى أماكن متعددة من العالم ..

٩٥ ٪ من مرض القلق النفسى فى العالم يعالجون بهذه العقاقير .. اما ٥ ٪ فيعالجون بمركبات الفينوباربيتون والمبروباميت ..

●● ومن الاحصائيات الهامة أن ٨٠ ٪ من الكميات المنصرفة للمرضى من عقار البنزوديازبين يصفها اطباء غير متخصصين فى الطب النفسى .. وان الأطباء النفسيين يصفون فقط ٢٠ ٪ من الكمية المتداولة ..

●● إن هذه الأرقام لها دلالة خطيرة جدا وهى ان الأطباء بشكل عام وفى كل التخصصات (غير المتخصصين فى الطب النفسى) هم الذين يتولون علاج حالات القلق النفسى وهذه حقيقة مؤكدة ..

●● الأمر الثانى هو ان عقار البنزوديازبين له استعمالات طبية اخرى غير القلق النفسى مثل الآلام الجسدية وأمراض القلب واضطرابات الدورة الشهرية والأمراض العضوية التى يصاحبها اضطرابات إنفعالية ..

●● ومن الأرقام الهامة التى يجب عرضها انه فى بريطانيا وحدها يصرف ٣٠ مليون (ثلاثون مليون) تذكرة طبية [روشتة) تحتوى على البنزوديازبين ..

●● ومجموعة البنزوديازبين تحتوى على العشرات من العقاقير المضادة للقلق .. وهى مقسمة إلى مجموعتين : طويلة المفعول وقصيرة المفعول .. ونعنى بطويلة المفعول العقاقير التى تظل فى الدم مدة طويلة ولذا يظل تاثيرها مستمراً ، أما قصيرة المفعول فهى التى يتخلص منها الجسم سريعاً وينعدم تاثيرها بعد ذلك ..

طويلة المفعول مثل عقار الفاليوم ويتخلص الجسم من نصفه بعد حوالى ٤٠ ساعة .

وقصيرة المفعول من الاتيفان والزانكس ويتخلص منها الجسم فى ساعات قليلة لاتتعدى

٧ ـ ١٠ ساعات .. والطبيب يختار العقار الملائم للمريض حسب عمره وكفاءة أجهزة جسمه ودرجة القلق وحدتها ..

وهذه العقاقير تختلف فى سرعة امتصاصها ووصولها إلى الدم ، وبالتالى تختلف فى سرعة تأثيرها .. فمثلا عقار الفاليوم يمتص ويصل إلى الدم ويصبح مؤثرا بعد ٤٠ دقيقة من ابتلاعه وعقاقير أخرى يستغرق امتصاصها ساعة أو ساعتين وهكذا ..

ولذا فإذا أردنا تأثيرا سريعاً فى مثل حالة إنسان تعرض لموقف إصابة بقلق حاد أو انسان تعرض لأزمة قلبية فإن العقاقير سريعة الامتصاص تكون هى المناسبة لحالته ..

●● كيف يقرر الطبيب الجرعة المناسبة لكل مريض ؟

ــ كل إنسان له جرعة معينة .. أى لا توجد جرعة ثابتة محددة لكل إنسان .. فالبشر يختلفون .. ودرجة القلق ايضا تختلف .. ولذا على الطبيب أن يحدد الجرعة الملائمة لكل انسان ..

●● تبدى بجرعة صغيرة ولتكن مثلا ٢ مجم من الفاليوم وتعطى هذه الجرعة فى المساء قبل موعد نوم المريض بساعتين .. ونزيد الجرعة كل ليلة أو كل ليلتين بمعدل ٢ مجم فى كل مرة .. ونطلب من المريض ان يلاحظ ثلاثة أشياء :

١ - التهدئة الزائدة .

٢ - النعاس الذى لايقاوم .

٣ - الصداع والهدوء الزائدين والاستجابة البطيئة فى صباح اليوم التالى ..

إذا حدثت هذه الأشياء فهذا معناه ان المريض قد تعاطى جرعة زائدة عن احتياجه .. وحين نصل إلى هذه الجرعة الزائدة نقوم بإنقاصها قليلاً وبذلك نحصل على الجرعة التى إذا تناولها المريض يحصل على التاثير المطلوب كمضاد للقلق بدون نعاس أو رغبة فى النوم وبدون تهدئة زائدة غير مطلوبة .. وبذلك نكون تعاملنا مع هذه العقاقير كمطمئنات وليس كهدئات .. والذين لا يعلمون لايعرفون الفرق بين المطمئنات والمهدئات .. فالمطمئنـات هى مضادات القلق .. أما المهدئات فهى الأعـراض الجانبية غير المطلوبة ..

ولا توجد عقاقير اسمها مهدئات إنما التهدئة هى صفة فارماكولوچية (دوائية) لبعض العقاقير .. فالمطمئنات تصبح مهدئات إذا زادت الجرعة .. وكذلك العديد من العقاقير تصبح مهدئات عند جرعة معينة مثل الفينوباربيتون والميروباميت ومضادات الحساسية مثل عقار البراكتين الذى يستعمل بكثرة مع الأطفال وله صفة التهدئة وجلب النوم مثل معظم مضادات الحساسية ..

●● وزوال القلق معناه عودة الإنسان إلى حالته الطبيعية .. اى حالته قبل إصابته بالقلق .. أما التهدئة فهى حالة خاصة تحدث بسبب عقار معين .. وعند جرعة معينة يشعر فيها الإنسان بالتراخى والبطء النسبى فى ردود الأفعال ، وهى مرحلة تسبق النوم .. وحالة التهدئة غير مرغوبة ونحن نتعامل مع القلق .. ان الهدف من العلاج هو إزالة تلك الحالة غير الطبيعية من القلق بدون تهدئة وبدون نعاس وبهذا فإن ضبط الجرعة بواسطة الطبيب أمر ضرورى ..

وقبل ان يمسك الطبيب بالقلم ليصف الاقراص المطمئنة فإنه يمر مع نفسه بعدة مراحل :

١ - إن المريض فعلا يعانى من حالة قلق معذبة تسبب له الماً نفسياً لايستطيع تحمله ويعوق استمرار حياته بشكل طبيعى .

٢ - إن الوسائل الأخرى كالمساندة الأسرية وتغيير الظروف المحيطة والعلاج النفسى بواسطة الطبيب .. كل ذلك غير كاف وانه لامفر من استعمال العقاقير المضادة للقلق .

٣ - اختيار العقار الذى يلائم المريض ، عمره وحالته الصحية العامة .. ويتم تحديد الجرعة بحيث لا تسبب نعاساً للمريض فى غير وقت النوم ولاتسبب له هدوءاً زائداً واسترخاء غير مطلوب ..

٤ - يقرر الطبيب من البداية تقريباً المدة المتوقعة لاستعمال العقار .. قد يبدا بجرعة صغيرة ثم يزيد هلجس احتياج الحالة .. ولكنه بكل تاكيد يضع الخطة لسحب العلاج تدريجيا ..

٥ أثناء العلاج بالعقاقير يضع الطبيب خططا متكاملة لمساعدة المريض بوسائل اخرى اجتماعية

ونفسية واسرية عن طريق ما يسمى بالعلاج النفسى ..

●● والمطمئنات الصغرى هى اكثر مضادات القلق اماناً .. وهى من النعم التى هدانا الله إليها لتخفيف آلام القلق النفسى والخوف .. ولا احد يتصور كيف يشعر المريض إلا إذا مر بهذه التجربة المؤلمة ..

والغريب ان بعض الناس يطلبون من المريض ان يكون شجاعاً وان ينتصر على المه النفسى بدون عقاقير وينسون هم انفسهم انهم يسرعون إلى مسكنات الألم إذا شعروا بالصداع او آلام الاسفاف او مغص فى الأمعاء .. لماذا لايجد الناس حرجاً فى اللجوء إلى مسكنات الألم العضوى ؟

لماذا يستهنيون بالألم النفسى وينصحون الناس بعدم اللجوء لمضادات القلق ؟

●● إنهم يفعلون ذلك لأنهم لم يمروا بتجربة الألم النفسى الذى يمزق الصدر والقلب والعقل والأعصاب ويحيل حياة الناس إلى جحيم لايطاق ، فهو لايقوى على الجلوس مكانه ، ولا يقوى على النوم ،

ولا يقوى على الحوار ، يملأ الخوف والفزع والتوقع السيىء كل حياته .. هل نتركه يتلظى بهذا الهول دون أن نقدم له قرصاً علاجياً يهدىء من روعه ويطفىء من آلامه !!

●● إنها قسوة أو جهل أن تنصح المريض بعدم اللجوء للعقاقير التى يصفها الطبيب ..

●● وللأسف الشديد أن بعض أنصاف المتعلمين وأنصاف المثقفين أو حتى بعض الأطباء غير المتخصصين فى الطب النفسى أو الذين لايعرفون أى شىء عن الطب النفسى ، أو الذين لديهم حساسية غير مفهومة من الطب النفسى يصورون للمرضى أن المطمئنات ما هى إلا مخدرات .. وهذا قول غير علمى وهو أيضا قول غير مسئول .. وهم حين يقولون ذلك لايدرون أنهم يضاعفون من ألم المريض وصراعاته ويوقعونه فى حيرة قاسية قد يضطر معها إلى ترك العلاج وذلك يؤدى إلى تدهور حالته والاساءة إليها ..

●● ولذلك من المهم أن يعرف كل الناس كل الحقيقة عن هذه المطمئنات التى تعالج القلق ..

والحقيقة نستطيع أن نطلع عليها بسهولة من الأبحاث العلمية المؤكدة ..

١ - أول حقيقة هامة أن المطمئنات الصغرى المستخدمة فى علاج حالات القلق النفسى والتى يصفها الطبيب لمرضاه لاتؤدى إلى الإدمان سواء مع الاستعمال قصير المدى أو طويل المدى ..

●● والإدمان له تعريفه العلمى المحدد وهو :

أ - الاستخدام غير الطبى لمادة معينة للحصول على تاثير معين (مثل زوال الألم الجسدى أو النفسى أو الحصول على حالة مزاجية معينة) والاستخدام غير الطبى مقصود به أن الطبيب لم يصف هذه المادة ولم يقررها كعلاج وان المتعاطى حصل عليها بدون وصفه طبية وبطريقته الخاصة وبالطبع ليس من الصيدلية ..

ب - أن التاثير المطلوب يقل تدريجيا مما يضطر المريض إلى زيادة الجرعة حتى يحصل على التاثير الذى سعد به حين تناول هذه العقاقير لأول مرة .. أى أنه إذا كان المتعاطى يتناول هذه المادة للقضاء على ألم جسدى فإن التاثير المضاد للألم يقل

تدريجياً إذا استمر المتعاطى فى تعاطى نفس الجرعة ، ولا يزول الألم إلا بزيادة الجرعة .

حـ ـ مع زيادة الجرعة للحصول على التاثير المرغوب تظهر اعراض جانبية مثل النعاس الزائد أو اليقظة الزائدة او اضطراب وتشويش فى درجة الوعى أو صداع او إمساك او غثيان .. إلخ .. حسب نوع المادة المتعاطاه .. ومع الاستعمال طويل المدى تحدث مضاعفات خطيرة مثل تليف الكبد كما فى حالة الإدمان الكحولى ..

د ـ لايستطيع المريض التوقف عن التعاطى فإنه إذا حاول فإنه يتعرض لاعراض قاسية لايستطيع تحملها جسديا ونفسيا تلجئه إلى السعى الفورى للحصول على المادة وضمان الحصول عليها بصورة مستمرة .

هـ ـ مع استمرار التعاطى يتعرض المتعاطى لتدهور سلوكى اجتماعى أخلاقى أسرى ..

●● هذا هو الادمان .. وهذا مالا ينطبق إطلاقا على المطمئنات الصغرى ..

●● فالطبيب هوالذى يصف المطمئنات الصغرى

لدواع طبية .. وبجرعة محددة .. ولمدة محددة تطول أو تقصر .. والمريض لايزيد الجرعة للحصول على نفس التاثير .. ومع الجرعة العلاجية لاتوجد اعراض جانبية .. ولا توجد مضاعفات مع الاستعمال طويل المدى ..

وإذا أردنا ان نتعرف على المواد التى تؤدى إلى الإدمان فهى اساساً الكحول والأفيون ومشتقاته مثل الهيروين والكودايين .. ومادتى الامفيتامين والكوكايين تاتيان فى المرتبة الثانية ..

٢ - الحقيقة العلمية الثانية أن استعمال المطمئنات الصغرى لمدة طويلة قد يؤدى فى ٤٠ ٪ من الحالات إلى حالة تسمى الاعتماد .. وفرق كبير بين الادمان والاعتماد ..

●● فى الاعتماد يتعود المريض على أن يتناول جرعة ثابتة فى كل يوم .. ولكن المريض لايحتاج لزيادة هذه الجرعة .. بل يظل سنوات على نفس القدر .. والاعتماد لايسبب مشكلة بالنسبة للطبيب وهو يقرر العلاج بالمطمئنات .. لأنه يعرف ان هذا امر يمكن ان يحدث مع نسبة من المرضى الذين

يحتاجون للعلاج لمدة طويلة .. ولكنه إذا اراد ان ينهى علاج المريض بالمطئنات فإنه يستطيع ان يضع خطة للسحب التدريجى ..

٣ - أعراض الانسحاب : إنها اعراض تحدث إذا توقف المريض فجاة عن تناول العقاقير المطمئنة التى قررها الطبيب .. قد يتوقف عنها بناء على نصيحة طبيب آخر او بناء على نصيحة صديقه او زميل او جار او لانه قرا خبراً فى الصحف عن اضرار المهدئات .. المريض هو الضحية فى هذه الحالة .. وهو الذى يعانى ، اما الذى أعطى النصيحة فلن يعانى شيئا إلا إذا اصيب هو نفسه فى يوم من الأيام بالقلق واضطر إلى استعمال المطمئنات .. وقتها سيعلم كم كان ظالما وجاهلا حين أعطى نصيحة بدون اساس ..

أعراض الانسحاب القاسية لاتحدث إلا عند التوقف المفاجىء .. اما التوقف التدريجى الذى ينظمه الطبيب لاتحدث معه أعراض الانسحاب ..

وأعراض الانسحاب مع التوقف المفاجىء عن تناول المطمئنات الصغرى تكون فى صورة قلق حاد

وارق وخوف وعدم استقرار وعصبية .. اى انها اعراض شبيهة بالقلق الذى يعالج منه المريض .. ولذا فإن الأعراض التى تصيب الإنسان عند التوقف المفاجيء تكون احد ثلاثة :

أ ـ اعراض انسحاب

ب ـ ظهور المرض مرة أخرى لأنه لم يعالج المدة الكافية او لأن المريض يعانى من القلق المزمن .

جـ ـ أو رد فعل عكس في صورة قلق حاد سرعان مايزول إذا استطاع المريض ان يتحمل اعراضه لمدة ايام قليلة ..

ولذا فإننى انصح اى مريض يتناول المطمئنات الصغرى كعلاج للقلق النفسى الا يتوقف عن تناولها فجاة وان يدع الطبيب يقرر متى سيتوقف وان يكون التوقف تدريجيا ..

٤ ـ الحقيقة العلمية الرابعة ان سوء الاستعمال محدود جداً فى حالة المطمئنات الصغرى .. وسوء الاستعمال معناه العلمى أن الإنسان يلجا إلى مادة معينة ويتعاطاها بدون نصيحة طبيبه وليس لأسباب مرضية من اجل الحصول على تاثير معين .. والمطمئنات الصغرى ليست جذابة بالنسبة لمن

اعتادوا سوء استعمال المواد .. فهى - أى المطمئنات الصغرى - لاتسبب النشوة أو « الانبساط » الذى يحصل عليه المتعاطى من استعمال مواد مثل الحشيش أو الأفيون أو المورفين أو الكوداييـن أو الهيروين أو الامفيتامين أو الريتالين أو الكوكايين .. المطمئنات الصغرى تؤدى فقط إلى حالة من الهدوء الشديد ثم النوم مع استعمال جرعات كبيرة ..

ومن الملاحظات الطريفة ان المدمنين حين يسطون على الصيدليات فى أمريكا يسرقون أشياء كثيرة مثل البتدين والكوداييـن والمورفين والامفيتامين والريتالين ويتركون المطمئنات الصغرى ..

●● والذين يسيئون استعمال المطمئنات الصغرى هم الشخصيات المضطربة وهم لايستخدمونها كعقار أولى يدمنون عليه ، وإنما هم يلجأون للمطمئنات الصغرى لتخفيف الأعراض الجانبية الناشئة عن إدمان عقار آخر كالامفيتامين أو الهروين وتلك العقاقير المنشطة والتى يحتاجون

معها إلى عقار مهدىء للراحة والنوم مثل المطمئنات الصغرى .. إذن المطمئنات الصغرى هى عقار ثانوى فى حالة إساءة الاستعمال ..

٥ ـ الحقيقة الخامسة أن المطمئنات الصغرى ليست منومات .. ولكن باستعمال جرعات كبيرة تؤدى إلى النعاس ، أما فى الجرعات العلاجية فإنها خالية من هذا العيب .. وبالطبع يفضل تناول الجرعة العلاجية مساء لأن زوال القلق معناه السكينة وذلك يؤدى إلى النوم التلقائى الطبيعى ..

●● ولكن هناك بعض أنواع البنزوديازبين تستعمل كمنومات .. وهذه صفة تختص بها هذه الأنواع بعينها ولا تنطبق على بقية اعضاء فريق البنزوديازبين ، وبالتالى فهى لا توصف إلا كمنومات ولا تستخدم نهاراً كمضادات للقلق مثل عقار الهالسيون والموجادون واللوراميت او النوكتاميد والنورميزون ..

والمنومات لا يصفها الطبيب لمريضه إلا إذا كان النوم مستعصياً والليل طويلة .. يصفها الطبيب بجرعات صغيرة ولليالى قليلة متقطعة ، ويبحث فى

نفس الوقت عن سبب الأرق ويعالج السبب الحقيقي للأرق فيختفي الأرق .. اى ان العلاج لا يكون موجهاً اساسا للأرق لان الأرق هو مجرد عرض لمشكلة اخرى ..

٦ - بقيت حقيقة هامة واخيرة وهى قلب هذا الموضوع وجانبة الإنسانى .. إذا تناول المريض المطمئنات الصغرى لعلاج حالة القلق التى اصابته ثم توقف عن العلاج سواء بشكل مفاجىء أو تدريجى فعاودته اعراض القلق مرة اخرى فإنه سيتصور انه اصبح مدمنا على هذه الحبوب .. وهذا غير حقيقى .. فالأعراض تعـود كرد فعلى عكسى او كاعراض انسحاب مع التوقف المفاجىء ..

اما إذا عادت بعد التوقف التدريجى فهذا معناه ان المريض مصاب بقلق نفسى مزمن يحتاج لعلاج قد يستمر عامين او ثلاثة .. ونسبة انتشار القلق المزمن عالية إذ انها تمثل نصف المصابين بالقلق النفسى .. فإذا قلنا ان بمصر وحدها من ٢ - إلى ٥ ملايين مريض بالقلق النفسى .. فإن نصفهم اى من ١ إلى مليون مريض سوف يحتاجون للعلاج لمدة طويلة .

وهؤلاء الناس إذا توقفوا عن العلاج فإن الأعراض تعود إليهم مرة اخرى ..

وهؤلاء الناس على وجه الخصوص يحتاجون إلى جـرعـات صغيـرة من المطمئنـات الصغـرى ولا يحتاجون لزيادتها ، بل ان هذه الجرعة الصغيرة تكون كافية لإزالة القلق والتوتر والخوف .. بهذه الجرعة الصغيرة يكون قادرا على الخروج للناس ومواجهتهم وأداء عمله .. يكون قادرا على الأكل والنوم والمرح .. اى الحياة بشكل طبيعى مثل بقية الناس ..

●● اليس من الظلم والقسوة والجهل ان نأتى لهؤلاء الناس اصحاب القلق النفسى المزمن ونرعبهم ونقول لهم : انتم اصبحتم مدمنين .. اى صراع سينتابهم !! أى حيرة وأى تردد وأى إحساس بالعار !!

●● إن القلق النفسى المزمن هو مرض مثل اى مرض آخر كالسكر وارتفاع ضغط الدم يحتاج لعلاج قد يطول .. وهذه هى حكمة الله فى أن يمتحن بعض الناس ويختصهم بقدر من المعاناة .. ورحمة الله بالإنسان انه أوجد له الطب والدواء ..

والقلق النفسى المزمن مرض له علاج .. والعلاج الدوائى هو المطمئنات الصغرى .. وهى عقاقير آمنة لاتسبب إدمان وبالجرعة العلاجية لا تسبب اعراضا جانبية .. والطبيب المتخصص يعرف متى يصف الدواء ومتى يوقفه ومتى ينصح بالاستمرار فى تناوله لمدة طويلة .. كما يعرف كيف يسحبه تدريجياً ..

والطبيب المتخصص يعرف ما هى أبعاد الأعراض الجانبية وما هى ابعاد وخطورة المضاعفات وعلاج ذلك بالجرعة ومدة العلاج .. والطبيب المتخصص يعرف كيف يوازن شفاء المريض واحتياجه الملح للعلاج وبين ما هو متوقع من اعراض جانبية او مضاعفات ..

●● ومطلوب من الطبيب غير المتخصص فى الطب النفسى ان يعرف كل الحقائق عن المطمئنات الصغرى لأنها تعالج اشياء اخرى كثيرة غير مرض القلق النفسى ..

●● فلا غنى عنها لمرضى الأزمات القلبية وخاصة فى الشهور الأولى للارتباط الوثيق بين القلق والقلب .

●● فى جميع الأمراض النفسجسمية .. أى الأمراض العضوية الناشئة أساسا من اضطراب انفعالى .. لا يمكن على الإطلاق تجاهل استعمال المطمئنات الصغرى ..

●● والعديد من الاضطرابات العضوية فى شتى التخصصات الطبية .. ولنتذكر مرة أخرى أن ٨٠ ٪ من الكميات المنصرفة من المطمئنات الصغرى يقررها أطباء غير متخصصين فى الطب النفسى ..

●● ولا غنى عنها لمرضى الروماتزم المفصلى المزمن وخاصة الروماتويد لحمايته من القلق ..

●● ولا غنى عنها لمرضى الجهاز الهضمى ، فكثير من أعراض اضطرابات الجهاز الهضمى (٧٠ - ٨٠ ٪) سببها نفسى .

●● معظم الأمـراض الجلـديـة والشعـر والاضطرابات الجنسية تعود لأسباب نفسية .

●● كثير من السيدات يصبن بحالة من القلق والتوتر والأرق التام أثناء فترة الحمل وخاصة فى الشهور الأخيرة يحتاج معها الطبيب المعالج إلى وصف عقار مهدىء .

الختـــــام

لا اجد خير ما اختتم به هذا الكتاب خيراً من غير قول الله تعالى :

﴿ فأما الزَبَدُ فيذهب جُفاءً وأما ما ينفع الناس فيمكث فى الأرض كذلك يضرب الله الأمثال .. ﴾

وقوله تعالى :

﴿ ألم تر كيف ضرب الله مثلا كلمة طيبة كشجرة طيبة أصلها ثابت وفرعها في السماء . تؤتى أكلها كل حين بإذن ربها ويضرب الله الأمثال للناس لعلهم يتذكرون ومثل كلمة خبيثة كشجرة خبيثة أجتثت من فوق الأرض ما لها من قرار يثبت الله الذين ءامنوا بالقول الثابت فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ويُضل الله الظالمين ويفعل الله ما يشاءُ ﴾ .

« صـدق الله العظيم »

تم بحمد الله

رقم الايداع ٧١٢٨ ـ ١٩٩٠

الرقم الدولى IFBN 977 - 08 - 0041 - 4